蝴蝶网
hudie.com
慧美网
vimee.net

Bags ♥

Rubin Rosa

Fashionable Girly Items

モデル使用分リボンモコモコキルトハンドバッグ Sサイズ[タテ18×ヨコ30×マチ19cm] ¥8,400、ソファの上に置いたランダムキルト トートバッグ Mサイズ[タテ30×ヨコ47×マチ13cm] ¥10,500、オリオリプリーツ トートバッグ Mサイズ[タテ30×ヨコ47×マチ13cm] ¥10,500／すべてルビンローザ ブルーワンピース¥9,975／ココ ディール ファー帽子¥5,145／チャオパニック（チャオパニック原宿店）ネックレス¥5,985／ココ ディール タイツ¥840／靴下屋（タビオ）ブーツ¥33,390／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）

Photo/[model]Kio Yoneda(AVGVST), [items]Sachi Kataoka(PPI)
Styling/Kazumi Shibayama Hair&Make/Ichiki Kita(aiutare) Model/Miho Tanaka

蝴蝶网 hudie.com
慧美网 vimee.net

Watches ♥

蝴蝶网
hudie.com

V意美网
vimee.net

問い合わせ先

アーマ甲子園ららぽーと店	☎0798-81-6680（バッグ）	神戸阪急	☎078-360-7165（時計）
アーマ梅田ヨドバシ店	☎06-6373-1716（バッグ）	フィットハウスりんくう店	☎072-458-8228（バッグ・時計）
エクセル広島本店	☎082-500-7755（バッグ）	nanapage	**http://www.rakuten.co.jp/nanapage/**（バッグ）
エクセル博多店	☎092-643-8766（バッグ）	（株）ドウシシャ	☎03-3474-6803（バッグ）　☎06-6121-5845（時計）

モデル使用分の腕時計「ジョイア」（自動巻き
¥9,800、腕時計「ビビアーナ」（ゴールドのスクエア
フェイスタイプ、ソーラーウォッチ）¥12,800、腕時
計「カロリーナ」（シルバーのトノーフェイスタイプ、ソー
ラーウォッチ）¥12,800、紫のストール¥6,300／
べてルビンローザ 白ニット¥9,450／プラカード パー
ローズ（アパハウスインターナショナル）

蝴蝶网
hudie.com
v慧美网
vimee.net

030 SPECIAL FEATURE
読者1,000人の"プチプラ"クチコミを20Pで大特集!

「買ってよかった!」プチプラ良品♥

Part. 01 アイテム別 みんなのプチプラ良品ランキング

Part. 02 いつもの大好きブランド&ショップで発見! お買い得プチプラアイテム

Part. 03 読者の人気コーデ プチプラ で作っちゃいまSHOW!

01 2010.January

steady. CONTENTS

COVER STAFF
Photographer:角田修一
Styling:寄森久美子
Hair&Make:青山理恵（nude.）
Model:北川景子

ワンピース¥26,250、フォックスマフラー¥9,975／ジョリーデイズ（ジョリー ブティック）、ロングネックレス¥31,500／GARA DANIELLE（フリーズショップ 渋谷店）、バングル¥8,400／レイチェル・リー（オプティチュード 青山店）、ピアス¥3,780／ブラッシュ&ラッシュ（ブラッシュ&ラッシュ 表参道ヒルズ店）

FASHION

008 It girl's scoop!
グッチ

012 年末年始に購入したいラグジュアリーブランドの新作が満載!
憧れブランドの新作バッグ&小物

025 NEWS! 可愛いネックレスをデザインしました♥
みっこのジュエリーがデビュー!

052 好感調査付き♥
イベントもりもり1カ月コーデ&華あり好感ヘアメイク

067 BOOK in BOOK サマンサからのXmasプレゼント、届きました
Samantha BOOK

083 私たちの基本の靴は「痛くないローヒール」
パンプス&ブーツ 駅までダッシュの173足

092 ブランド&デザインで選ぶめがね タイプで選ぶコンタクトレンズ
おしゃれなアイウェア

098 2way以上が大前提! 着回しバリエも広がるうれしいアイテムだけ厳選!!
真冬から春まで着られる2way以上の優秀コート!

107 寒い冬を可愛くのりきる方法を全国から集めました!
おしゃれ防寒術 クチコミ50

134 友達へのプレゼントにも、自分へのプチごほうびにもうれしい♥
お手頃クリスマスジュエリー

INTERVIEW

020 北川景子

BEAUTY

112 今年のヒットも使えるコスメも丸わかり!
2009 ベストヒットコスメ!!

136 第一印象をバツグンに見せる!
好感度◎就活ヘアメイク!

LIFE STYLE

127 読者1000人アンケート!
みんなの やりたい 痩せた! ダイエット

140 身もココロもポカポカになる15分でできるメニューをご紹介
SHIORI発 ホット♥ドリンク&スープ簡単レシピ

147 書き込み式
お金が貯まる「ひみつノート」

166 一緒にいればハッピー気分がアップする!
キュートな乙女雑貨

豪華2大付録!
steady.1月号
サマンサティアラ あぶらとり紙付きマルチケース & リラックマ 卓上カレンダー

026

REGULARS

007 steady.♥BEAUTY
009 steady.♥FASHION
018 香里奈の"リアル・クローズ"SCOOP!
023 新連載 北川景子の「北川karte」
024 大人のハワイ支度
121 今月のNEW OPEN
122 DJユウのおしゃれなカー・チャンネル
124 小出恵介×steady.のクロスロード企画 徒然小出
154 蝶々の『オヤジを制す者は上司を制す』
155 steady.マネー講座 教えて! お金のコト
156 サロン de steady.
158 SHOP LIST
162 人生相談みうらじゅく!
163 今月のZOO
164 150cm台のコ限定! ミニーちゃんのためのスタイルUP術
171 steady.カルチャー・ファイル Chara、EXILE
174 s♥seat
176 Fashion News
180 新連載 「みっこのSmile☺Days」
183 steady.今月のプレゼント
185 マツコ・デラックスの「マツコ・ヨットスクール」
186 steady. TOPICS
187 次号予告
189 steady.TOPICS
190 田村夕美子「毎日ハッピーに働く♥お仕事ガール物語」
192 ムーン・リーのMonthly Horoscope
194 今月のsteady.モデルをPAPARAZZI

092

080

083

067

166

デザイナー
GRAPHITICA、高安晶子、佐藤秀紀、Bee works、Ma-hgra、本谷秀人

2010年1月7日発行
創刊人:蓮見清一
共同発行人:関川 誠　高杉純一
編集長:倉田未奈子
編集:小林 有希　春原亜耶　佐藤有紀
鈴木 愛　千田あすか　山梨智子
橋爪尚子
編集補助:竹田千夏
広告責任者:
広告進行:
販売責任者:
制作責任者:伊藤俊之
発行所:株式会社宝島社
東京都千代田区一番町25番地
営業　03-3234-2850
編集　03-3239-0289
広告　03-3234-3917

印刷製本　凸版印刷株式会社
広告のお問い合わせ　宝島社広告局
03-3234-3917
http://tkj.jp

蝴蝶网
hudie.com
Premium
Gift Watch
女優 三船美佳
さらに、お洒落な新作 WATCH
j-axis
慧美网
vimee.net
DL728-W
3,990(税込)
ブラックベルト(DL728-BK)・ピンクベルト(DL728-PI)もあります。
株式会社 サン・フレイム
TEL 03-3845-3206 www.sunflame.co.jp
東京・銀座でもお買い求め頂けます。銀座菊水(松阪屋百貨店前)

steady. *Loves* BEAUTY

頭のてっぺんから足の指の爪先まで、完璧な美を目指すsteady.ちゃん。そんな願いをかなえるべく、美の達人たちが立ち上がってくれました！ キレイの魔法をかけてくれるスペシャルな一品を紹介します♥

撮影／片岡 祥(PPI)　イラスト／Nobby

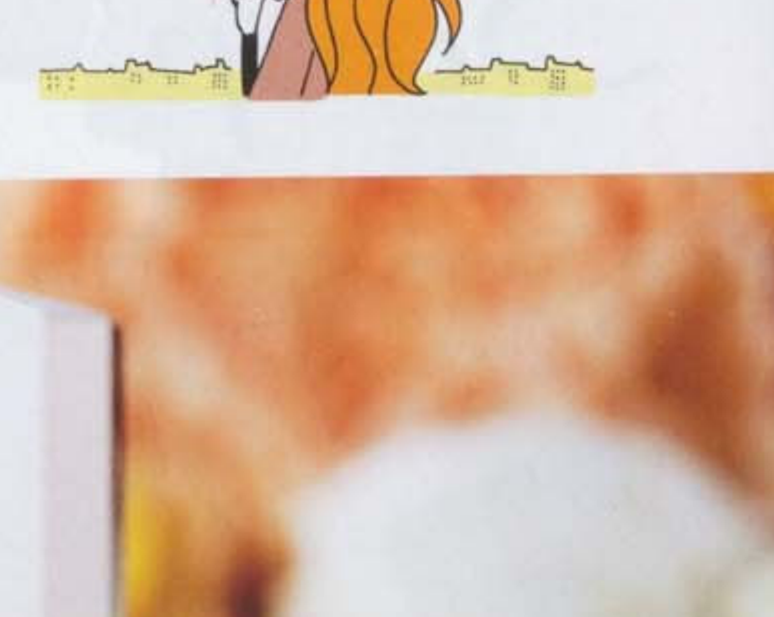
今月のsteady.ちゃん♥

まだまだ季節は冬真っ只中だけど、コスメ売り場では来春の新作が早くもお目見え♪ コスメ大好きな私としては、来春のビューティトレンドが気になります！

Profile

本名／steady.ちゃん。「キレイになりたい！」という強い信念を持つ24歳会社員。お仕事が忙しく肌も身体も少し疲れ気味。それでも美の追求のためなら努力は惜しみません！

Q 早くも発売されている、来春のコスメトレンドが気になる！



蝴蝶网 hudie.com

来春は優しい雰囲気を演出できるメイクがトレンドに

steady.ちゃん 人気ブランドから、早くも登場した春コスメたち♥ 来春のビューティトレンドを教えてください。

TAKAKOさん 優しい雰囲気を演出できるようなメイクが来春のトレンドです。たとえば目もとはパステルトーンでふんわりとつくり、リップもやわらかいピンクやぷるんとしたツヤ感で優しく仕上げて。

steady.ちゃん 使いやすくて大好きなブランド、オーブ クチュールから先日発売された春コスメ『デザイニングプレミアム ルージュ』。早速使ってみたいのですが、オススメの春のメイクテクニックってありますか？

TAKAKOさん 唇全体を塗ったあと、唇のアウトラインを強調するようにリップブラシでラインを描くメイクがオススメ。春らしく光のツヤ感が強調されて、色っぽい女優リップの出来上がり！ 唇の中心部分にリップを重ねづけすると、より立体感が出ます。

steady.ちゃん 素敵♥ 今から春が待ち遠しくなっちゃいます。ちなみに『デザイニングプレミアム ルージュ』を冬メイクともあわせてみたいのですが、どんなメイクがオススメですか？

TAKAKOさん そうですね、それならブラウンとあわせたメイクがいいかも！ この冬はブラウンを基調としたメイクが主流なので、眉色やアイシャドウ、アイライナーをブラウンにすれば、春色リップがより映えて見えますよ。

絶妙なやわらかさのルージュが唇の表面をなめらかに仕上げ、荒れがちな唇でも美しい色とツヤを実現してくれると話題のルージュ！ 広告ビジュアルを担当している菅野美穂さんも「今までいちばんキレイな唇がつくれたかも」と大絶賛し、さらに相武紗季さんも「すっごくキレイに塗れた。ベタつきがない!!」と太鼓判を押すほどの一品。オーブ クチュール デザイニングプレミアムルージュ 全10色 各¥3,360／花王ソフィーナ

vimee.net

今月の美の達人

COSME ビューティークリエーター
TAKAKOさん

ソウルファミリー主宰。海外で活躍後帰国。広告・雑誌をはじめ、そのテクニックは幅広い層に人気を誇る。著書に「TAKAKO's ラブメイク」(講談社)、「ガーリー風水マジックメイク」(ランダムハウス講談社)。
http://www.takakobeautyvoyage.com
http://ameblo.jp/takako-ameblo

今月のハイファッションNEWS

It Girl's Scoop!

撮影／多田 寛（REV.INC）

※サイズは［タテ×ヨコ（cm）］で表

●掲載された商品のお問い合わせ先はP.1

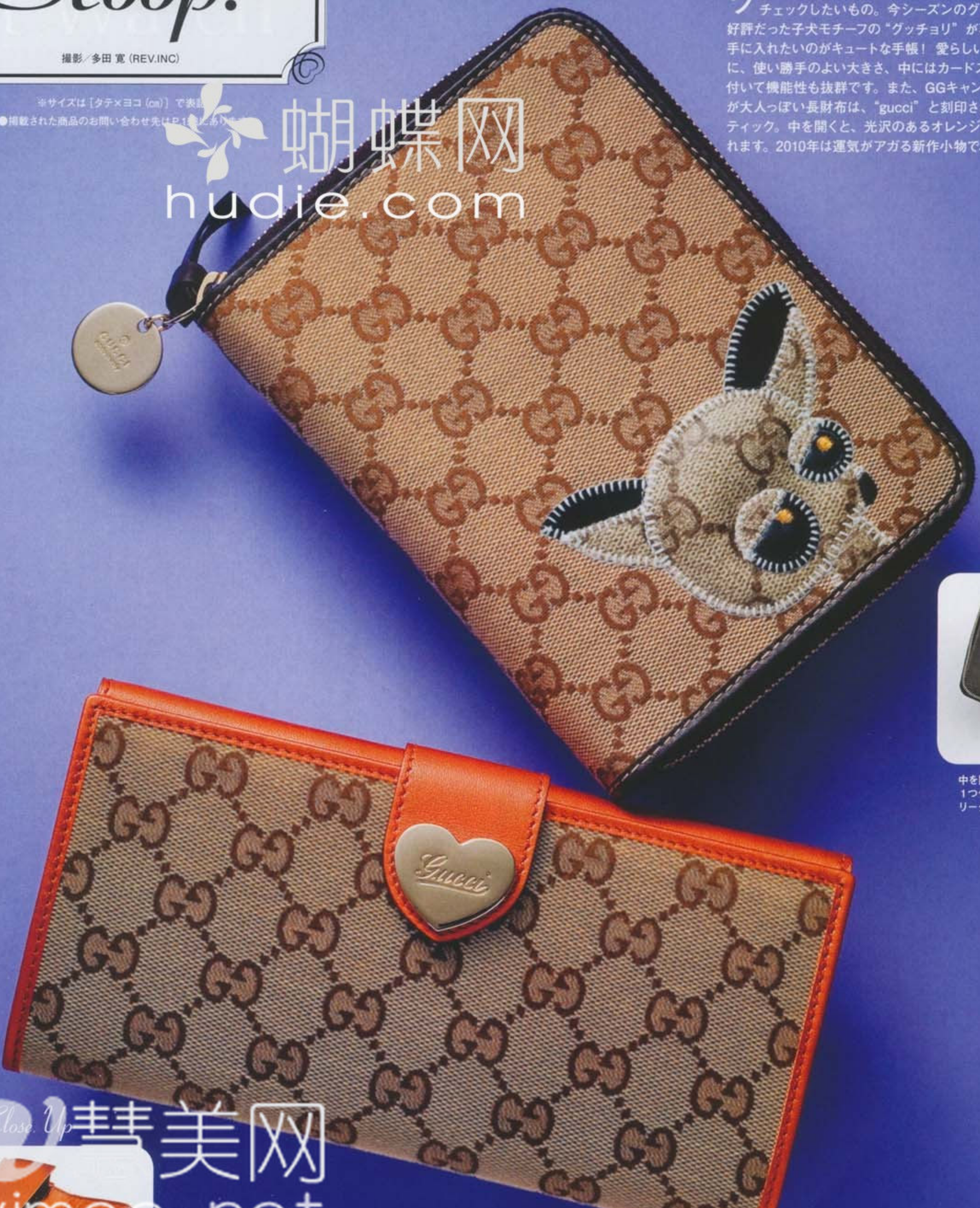
GUCCI グッチ

2009-10 Cruise Collection
～クルーズコレクション～

今すぐ買い替えたくなる♥
グッチの新作小物が到着！

クリスマスや年末年始に向けて、憧れブランドの新作小物をそろそろチェックしたいもの。今シーズンのグッチからは、昨年発売されて大好評だった子犬モチーフの"グッチョリ"が再登場。その中でも、いち早く手に入れたいのがキュートな手帳！ 愛らしいチワワが女心をくすぐるカバーに、使い勝手のよい大きさ、中にはカードスロットやペン入れ、レフィルも付いて機能性も抜群です。また、GGキャンバス×レザーの異素材ミックスが大人っぽい長財布は、"gucci" と刻印されたハート形の留め具がロマンティック。中を開くと、光沢のあるオレンジレザーが華やかさを演出してくれます。2010年は運気がアガる新作小物で、ハッピーオーラをまとって。

蝴蝶网
hudie.com



Close Up

中を開くと、カードスロット×6、ペン入れが1つ付いている。専用のレフィルはウィークリータイプでメモ帳やアドレス帳も完備！

Close Up

慧美网
vimee.net

お札入れ×2、カードスロット×7、コインポケット付きで収納もたっぷり。シャイニーなオレンジのレザーがフレッシュ！

上から、人気のシグネチャーにキュートなチワワの「ブランド」ちゃんがおちゃめな"グッチョリ"シリーズの手帳［12×16］¥45,150、光沢のあるオレンジレザー×シグネチャーの組み合わせが上品な長財布は、ハート形の留め具がハッピーな気分に。［19×19.5］¥53,550／すべてグッチ（グッチ ジャパン）

steady. Loves FASHION

ついつい地味になりがちな冬のコーデ。黒やグレーもいいけど、パッと華やかな差し色を入れたら、垢抜けて可愛くなれるはず！ まずはバッグや小物で明るめカラーを取り入れて、好感度UPを目指しましょう★

撮影／梶田麻矢（小笠原事務所） スタイリング／柴山之和美

●掲載商品のお問い合わせ先リストはP.158にあります。

今月のテーマ

差し色アイテム♥

見た目も可愛いキャンドルでお部屋を華やかに！

ネックレスがセットになったうれしいキャンドルです！ ¥5,145／カージュ×アン ドゥーズ（シップス ジェットブルー 新宿店）

エレガントなコートはカラフルが狙い目♥

グリーンコート（ティペット付き）¥34,650／ミニマム ミニマム（ミニマム） バッグ¥36,750／カバフ（ミュージアム フォー シップス） グローブ¥32,550／モニマニルクス（ルビーリベット 有楽町） ブーツ¥33,390／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）

手もとに視線が集中する華ストーンリング

これ1つでコーデに華をプラス！〈右〉リング¥6,930、〈左〉リング¥5,565／ともにフリーズ マート インターナショナル（フリーズ マート）

冬コーデに映えるチェックツイード

ツイードとレザーの異素材コンビがエレガント。膝上に載る大きさ。〈H18×W25×D10㎝〉¥8,190／ブラッシュ&ラッシュ（ブラッシュ&ラッシュ）

シンプルコーデも大人キュートに変身！

大人だからこそ可愛い遊び心あるデザイン。マフラー¥9,975、グローブ¥4,935／ともにエリベ（シップス ジェットブルー 新宿店）

2連、3連でつけてもOK！

七分そでのポイントに。〈右〉リボン形バングル各¥8,925、〈左〉サテンリボンバングル各¥7,770／ともにレイチェルリー（ビームス タイム）

流行のツイード 派手にならず華

ツイードジャケット¥25,2 ジュ（シップス ジェット 宿店） ブラウス¥9,975／ ムス（ビームス タイム） キ ¥13,650／シップス（ミュ フォー シップス） バッグ ／エコライン（ローズ バッ ツ¥94,500／マーク BY ェイコブス（アクアガール

人気ブランド「ロベルタ」のだまし絵トー

レトロ可愛さがたまらないA4サイズが入るトートです。〈H24×W37 D10㎝〉¥22,050／ロベルタ ディ カメリーノ（ビームス タイム）

折り返しても履けるんです！

スモーキーパープルが素敵なあったかムートンブーツ。ニットの刺しゅうも◎。〈H2.5㎝〉¥24,990／ムウ（シップス ジェットブルー 新宿店）

慧美网 vimee.net

蝴蝶网 hudie.com

蝴蝶网
hudie.com
PURE
PROTECT
FOUNDATION
極上の艶とうるおい。そのまま持続。
ピュアプロテクト クリームファウンデイション、誕生。
6色 25g 各4,000円(税込4,200円) SPF15 PA+
ピュアプロテクト リキッドコンパクト 同時新発売
ルを差し上げます。※サンプルは、なくなり次第終了します。
慧美网
vimee.net
表示価格は希望小売価格です。 PHONE:0120-523543
www.ipsa.co.jp/
オンラインカウンセリングはWEBサイトから。
オンラインショッピング0120-860523

蝴蝶网 hudie.com
慧美网 vimee.net

年末年始に購入したいラグジュアリーブランドの新作が満載！

憧れブランドの新作バッグ&小物

お仕事ガールから圧倒的に支持されている憧れの6大ブランドから、ハッピーオーラいっぱいの新作バッグ＆小物が到着!　いち早く手に入れて、2010年のおしゃれ運気をアップ☆

撮影／森泉匡　スタイリング／中根美和子　文／土谷沙織

※商品掲載のお問い合わせ先リストはP.158にあります。
※商品のサイズはタテ×ヨコ×マチ〈H×W×D〉で表示しています。

蝴蝶网
hudie.com

Yves Saint Laurent
イヴ・サンローラン

リーフモチーフがユニークな
び心いっぱいの軽量トート

が出るたびに話題沸騰のYSLから、ロープやロゴチャームに
なカーフレザーを重ねて浮き出し模様をつくった、ユニーク
テリアルの"チャームズ"が登場。収納力があって物の出し入
しやすいオープントートは、オンにもオフにも活躍。リネン
チが付いているのも嬉しい。

ら、筆記体で描かれたYSLがカジュアルな雰囲気。グレーのトートバッグ［H34
33×D13］　ロゴチャームのレリーフ加工が斬新なオレンジレザーのトートバッ
28×W36×D13］各¥114,450／イヴ・サンローラン（グッチ グループ ジャパ
ヴ・サンローラン ディビジョン）

ンサム＆クールな雰囲気の
タリックレッドにひと目惚れ

パクト抜群のレザー小物"メタリック コロラマ"のニューカラーは、
キラ感がたまらない鮮烈な赤。ロックスピリットを感じさせるウォレ
類を、早速ウィッシュリストに追加させて。

ら時計回りに、折りたたみ財布［H10.5×W12×D3、カード10］¥61,950　キ
ース［H10×W7］¥35,700　カードパース［H11×W7.5×D1.5、カード4］¥
00　ジップ付き長財布［H9.5×W18.5×D2、カード12］¥72,450／すべてイ
ンローラン（グッチ グループ ジャパン イヴ・サンローラン ディビジョン）

慧美网
vimee.net

ラフィア風素材の"ダウンタウン"で
ひと足早く春気分を取り入れて♪

機能的ミリタリースタイルをモードなデザインで仕上げた大人気モデル"ダウンタウン"の新作は、カジュアル＆リッチなフェイクラフィアとレザーのコンビ。着こなしをさりげなく上品に仕上げてくれます。

なめらかな手触りのラフィア調素材を使用した軽量バッグ［H30×W20.5×D20］¥187,950／イヴ・サンローラン（グッチ グループ ジャパン イヴ・サンローラン ディビジョン）

FENDI
フェンディ

ビビッドカラーのパテントは ヒロイン級のキュートな存在感

老舗ブランドFENDIから届いたニューコレクションは、エネルギッシュな色使いと遊びのきいたディテールが魅力。持ったときにボディにしっくりなじむよう計算された"ホーボー"は、ワーキングガールにマストハブ。FF柄の型押しパテントとメタルモチーフが、華やかさを演出します。

バッグの中身が見えないファスナー開閉で安心。同型ではかにブロンズゴールドも。左から、差し色効果抜群のピンクパテントのバッグ　お仕事シーンにも活躍するブラックパテントのバッグ各[H27×W35×D13]¥129,150／フェンディ(フェンディ ジャパン)

ユーモアたっぷりのポップで キッシュなトロンプルイユ

シンプルなFF柄のトートバッグに描かれたのは、FENDIのアイコン的バッグ、"バゲット"。ラグジュアリーバッグをだまし絵でカジュアルダウンする、遊び心を堪能して。

こだわりの内布は、イラストとシンクロしたビビッドなイエローのFF柄。細いパテントハンドルがフェミニンなロールバッグ[H28×W36×D14]¥118,650／フェンディ(フェンディ ジャパン)

カラフルなグラフィティのFFロゴは 大人の遊び心がたっぷり

明るい色使いで描かれたFF柄の大胆なグラフィティは、FENDIファンにとって話題必至！ 憧れブランドデビューは、持っているだけで楽しい気分になれるラグジュアリー革小物からスタート☆

左上から時計回りに、コインケース[H7×W14]¥18,900　キーケース[H6.5×W10.5×D1.5]¥18,900　ジップ付き長財布[H10×W19×D2、カード8]¥52,500　折りたたみ財布[H9×W12×D2、カード5]¥37,800／すべてフェンディ(フェンディ ジャパン)

慧美网 vimee.net
蝴蝶网 hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

Chloé
クロエ

やかなクリスマスを演出する
ックな限定カラーに釘付け

の"ECLIPSE" シリーズのクリスマス限定色は、落ち着いた
ルドとブラックのツートンカラー。ボディに配されたエンボ
プレートのロゴが、ほどよくカジュアルなアクセントに仕上
ています。小旅行にも対応する大容量バッグは、年末年始は
ろんデイリーにも活躍すること間違いなし!

ら、マチが広めで容量大のスクエア型ボストンバッグ[H20×W40×D18]¥
000　長財布[H10.5×H19×D2.3、カード8]¥45,150　ジップ付きで中身を
ることなく収納できるトートバッグ[H30×W52×D19.5]¥110,250／すべて
エ"ECLIPSE"(クロエ インフォメーションデスク)

華やかなベルベットのタッセル付き
限定の"PARATY"は完売必至!

ールさとモダンさを兼ね備えた"PARATY"。09AWコレクションのキー
チーフ、タッセルをアクセントにし、随所にゴールドをきかせたクリス
スのスペシャルバージョンがお目見えです。

ッセルもロングショルダーも取り外して表情チェンジできる、機能的な
WAYバッグ[H26×W36.5×D13]¥227,850／クロエ"PARATY"(クロ
インフォメーションデスク)

慧美网
vimee.net

誰よりも早く手に入れたい!
"PADDINGTON"の新色

パドロックが可愛い"PADDINGTON" シリーズは、おしゃれに敏感な女の
コの憧れ。新色ゴールドのボストンバッグは、どんな着こなしにも映えて
オールマイティに使えます。見た目以上の収納力も高ポイント。

上から、ゴールドのバッグ[H18×W36×D20.5]¥207,900　二つ折り財布[H9.5
×W10.8×D2.5、カード8]¥53,550　長財布[H10.5×W19×D2、カード8]¥
63,000／すべてクロエ"PADDINGTON"(クロエ インフォメーションデスク)

Marc Jaco
マーク ジェイコブス コレク

どことなくスポーティな雰囲気の カジュアルテイストがトレンド

オンにもオフにも使える大容量のバッグが、マークからお目見
おなじみのキルティング、ハトメでかたどられたロゴ、ゴー
のジップ、これらすべてが斜めに配された カジュアルな表情
ザートートは、実用性もお墨付き。もちろん、ギャザーで丸
つけたフォルムで女性らしさも健在です。

中身を出し入れしやすいマグネット開閉。左から、ブラックカラーのバッグ　パープルカラーのバッグ各[H25.5×W43×D15]￥115,500／マーク ジェイコブス コレクション（マーク ジェイコブス カスタマーセンター）

明るいハッピーカラーで いち早く春モードを満喫♪

センタープリーツがポイントの、上品なホワイトレザーのボストンバッグは、柄スカーフで個性をプラスして。鋲と南京錠付きのお財布など、マークらしいブライトカラーの革小物は今季も大充実♪

左から、ホワイトカラーのバッグ[H28×W40×D14]￥105,000　スカーフ￥16,800　イエローの長財布[H13×W20×D3、カード10]￥59,850　パープルの長財布[H10×W18×D3、カード8]￥49,350／すべてマーク ジェイコブス コレクション（マーク ジェイコブス カスタマーセンター）

ますます人気はヒートアップ☆ 最愛キルティングバッグ

おしゃれ通にも大人気のキルティングバッグが、ブルーとライトベージュの春らしいカラーリングで到着!　華やかなゴールドチェーンショルダーは、どちらも取り外してクラッチとしても使用可能。

左から、ブルーのチェーンバッグ[H23×W33×D7.5]￥136,500　ベージュのチェーンバッグ[H22×W30×D10]￥168,000／ともにマーク ジェイコブス コレクション（マーク ジェイコブス カスタマーセンター）

慧美网
vimee.net
蝴蝶网
hudie.com

JIMMY CHOO
ジミー チュウ

今シーズン大ヒット確実のプレシャスなフリンジバッグ

上質素材を贅沢に用いたエッジィかつポップなデザインに定評ある人気ブランド、ジミー チュウ。アイコン的モチーフの星スタッズをアクセントにした、モードなレザーのフリンジバッグは、今季大注目のモデル。ぬくもりのあるステッチ、太めのハンドルなど、こだわり満載のディテールもさすが。

左から、マグネット開閉で使いやすい、差し色になる落ち着いたイエローのフリンジバッグ[H31×W40×D23.5]￥171,150　メタルプレートが目を引く、ロックなブラックカラーのバッグ。ファスナー開閉で中身を見せずに収納可。[H34×W37×D8.5]￥153,300／ともにジミー チュウ

蝴蝶网
hudie.com

ァスナー使いがポイントの
やかカラーバッグに胸キュン

なしのアクセントになるきれい色バッグは、ファスナー開閉でサイズえられる優れもの。レザー、メッシュ、スウェードの組み合わせで、他ない絶妙なニュアンスを表現しています。

ら、ピンクのクラッチバッグ[H19×W37×D4]￥127,050　丸いフォルムがキトなブルーグリーンのショルダーバッグ[H24×W30×D17]￥139,650／ともミー チュウ

薏美网
vimee.net

指名買いナンバーワンの星スタッズシリーズ

星形スタッズがちりばめられた人気のシリーズから、シルバーとゴールドの新色レザーアイテムが到着！ ほどよくシャイニーなレザーは、どんな服にもマッチして持つ人を上品に演出してくれます。

左から、取り外し可能なバングル付きショルダーバッグは、ショルダー部分をワンハンドルにしてクラッチとしても使用できる3WAY。[H41×W41×D11.5]￥222,600、シルバーの長財布　ゴールドの長財布各[H10.5×W19×D2、カード8]￥94,500／すべてジミー チュウ

蝴蝶网
hudie.com

MARNI
マルニ

永遠のガーリーモチーフ リボンをあしらったピュアな新作

ガーリーなディテールと大人っぽいフォルムが共存するマルニのバッグ。黒いリボンをポイントにした、イノセントなスクールガール風2WAYレザーバッグと、クラシカルな花コサージュ付きチェーンバッグは、どちらも長く使える上品なデザイン。ロマンティック要素をプラスしたいときにおすすめ。

左から、ブラックのチェーンバッグ。コサージュが可憐な印象［H14×W20×D4］¥120,750　取り外せるロングショルダー付きブラウンの2WAYバッグ。ポケット代わりのレザーポーチ付き［H25×W35.5×D11］¥142,800／ともにマルニ（マルニジャパン）

ナチュラルレザーの味わいを生かした シンプルなボルキエバッグシリーズ

軽快な春スタイルにピッタリの、リラックス感あふれる軽やかでナチュラルなレザーバッグが到着。ボルキエをアクセントにしたシンプルで飽きのこないデザインは、どんなスタイルにもなじむから末永く愛用できるはず。キーホルダーをプラスするなど、自分らしいカスタマイズをしてもOK。

左から、スッキリとした直線的フォルムが魅力のベージュのショッピングバッグ。レザーポーチ付き［H22×W16］¥92,400　取り外せるロングショルダー付きブラウンのバケツ型2WAYバッグ［H35×W28×D17］¥142,800／ともにマルニ（マルニジャパン）

慧美网
vimee.net

最新トレンドを人気ドラマでチェック! 最終回

月刊 香里奈's "リアル・クローズ" scoop!!

3カ月にわたり、香里奈さん主演「リアル・クローズ」の現場とファッションに密着してきたこの連載もいよいよ最終回!

仕事、恋…絹恵の物語もいよいよクライマックス!

香里奈さん主演の「リアル・クローズ」（関西テレビ・フジテレビ系毎週火曜日夜10時〜）もいよいよラスト・スパート。布団売り場からわけもわからず花形の婦人服売り場に異動してきた絹恵。最初はファッションに後ろ向きだった絹恵も、上司の神保（黒木瞳）の姿や言葉、周りの仲間たちとの間で次第に仕事や洋服への情熱に目覚め、少しずつ成長を遂げてきました。ハートに突き刺さるような神保の言葉には「女の生き方」を考えさせられた読者も多いのでは？ さて、最終回へ向けて絹恵の勤める百貨店「越前屋」を取り巻く環境に大きな動きが。そこには、絹恵の近しい人の思惑も…!? これまでさまざまなピンチを乗り越えてきた絹恵が出す結論…

ますます おしゃれな衣装にも注目!

最終回に向け、盛り上がる現場をレポート!

「リアル・クローズ」撮影現場に密着!

今月も編集部は香里奈さんの撮影の現場に密着。最終回に向けて盛り上がる現場をレポートします!

ペシェ・ミニョン

能世あんなさん、えれなさんも登場する三姉妹揃っての撮影に密着。放送では数秒のシーンも、時間をかけて丁寧に撮影しているのです。

昼休憩前に撮影が終了した2人ですが、合間に香里奈さんと「お昼どうする?」と相談する姿を目撃! 仲良し姉妹です♥

さすが、VIP専用特別フィッティングルーム! と、思わずため息が出てしまうような商品が。全部でおいくらなのでしょうか…。

撮影したシーンをチェックするモニターの前、スタッフとの打ち合わせ、セリフの確認…と真剣な表情の香里奈さん。

朝から深夜までのハードスケジュールだけど、スタッフとのコミュニケーションで気分もリフレッシュ。笑顔も忘れません!

「ここでは立ち上がっていてもいいかも」など、リハーサルで細かい動きを決めていく。

ますます 離せない 展開!!

©関西テレビ

目の最終回は12月22日（火）放送予定!

番組情報はHPでチェック! ↓
http://ktv.jp/real-clothes (PC)
http://ktv.jp/real-clothes/m/ (携帯)

影／片岡 祥（PPI）　取材&文／陰山ひとみ

越前屋商品部

絹恵や田渕が担当するプロジェクトのデザイナーにトラブル発生! という8話のシーンを撮影。出演者もたくさんで華やかな現場です。

商品部らしくデザイン画がクリップで留めてあったり、商品のデータや使い込まれた手帳など小道具にもこだわりを発見!

共演者やスタッフとの他愛ない会話に笑顔を見せる香里奈さん。ちょっとした瞬間がキュート。

ヘアやメイクの仕上げは香里奈さん自身で。ニット帽のかぶり方も調整していざ本番へ!

「あきらめません!」と田渕に食ってかかるシーン。何事にも一生懸命な絹恵が香里奈さんの姿に重なります。

撮影の合間の香里奈さん

スタジオの廊下で撮影の合間の香里奈さんをキャッチ! しっかりピースサインまでもらっちゃいました。

\撮影の合間にニッコリ♥/

忙しい合間にもカメラマンにピースサイン。

台本を確認しながら廊下を歩く香里奈さんをキャッチ! この笑顔は直前にニコラ（黄川田将也さん）とおしゃべりしていたから。

ニットのベレー帽に、ボーダー、ショートパンツにニーハイソックスとトレンドを押さえたコーディネイト。パンプスと帽子の色がポイントです。

真似したくなる

これまでに登場した絹恵のコーデをチェック！

“リアル・クローズ”コーデ！

毎週、香里奈さん演じる絹恵のコーディネイトはカッコいいものからガーリーなものまで、おしゃれ感満載。真似したいヒントがいっぱい！

ドラマをたっぷり楽しんだあとは、ホームページをチェック。気に入ったらインターネットで買うこともできます。アクセスしてみて！

Check!!

公式HPにアクセスするには、携帯で右のQRコードを読み取るか、右のURLを入力すればOK。

http://ktv.jp/real-clothes (PC)
http://ktv.jp/real-clothes/m/ (携帯)

POINT
スカーフを腰に巻いておしゃれ上級者！
普段のコーデと一味ちがうスタイルを楽しみたいなら、柄のスカーフをアクセントとして取り入れてみるのがGOOD。

POINT
ミニスカートにはニーハイブーツが鉄板
存在感のある赤のミニスカートには、ボリュームのある黒のニーハイブーツが好相性。スタイルもよく見えます。

Style5 赤を取り入れカッコいい女性らしさを目指す

ライダースジャケット¥40,470／ディアラ＆ガブリエル カットソー¥4,200、バッグ¥19,950／ともにスマッキーグラム（SANYO SHOKAI C.R室） プリーツスカート¥6,195／ティティ＆コー新宿店 ニーハイブーツ¥16,275／ジャイロ

POINT
トレンドのライダースはホワイトで明るく！
黒のライダースはハードすぎるイメージがあるガーリー派にぴったり。全体に軽さが出せる白をセレクト。

POINT
ライダースとの甘辛MIXにティアードを
ライダースジャケットのシルエットと相性バッチリなのが、女のコらしいティアードスカート。ピンクでとことん可愛く。

Style3 女のコらしいカジュアルな通勤スタイル

ライダースジャケット¥14,700／ジャイロ フリルトップス¥3,675／ジャイロ ホワイト フリルスカート¥9,870／スマッキーグラム（SANYO SHOKAI C.R室）

POINT
クラシックなワンピにはパールをあわせて
エレガントなワンピースにはアクセサリーが不可欠！ どんなスタイルにもあうパールなら、上司からもほめられそう。

POINT
グローブで指先まで上品な雰囲気
なかなか取り入れるのが難しいグローブは、こんなドレスアップスタイルのときにこそトライしたいアイテム。

Style1 ワンピース＆小物で完成するレディスタイル

ワンピース¥19,950、コサージュつきパンプス¥15,750／ともにレストローズ スエードローブ¥8,295／ジャイロ

POINT
ファージャケットには花柄をインして華やかに
無難なデニムとあわせがちなファージャケットは、意外にも花柄との相性が◎。フェミニンなスタイルが完成。

Style6 ファー×花柄で好きなものを詰め込んで♥

ファージャケット¥19,950／シーシークロス 花柄ロンパース¥7,245／ダズリン ベルト¥2,940、バッグ¥8,925／ともにジャイロ

POINT
シンプルなモノトーンにはインパクトのあるTシャツを
ライダースジャケットにショーパン、ブーツの定番スタイルはモノトーンになりがち。インにあわせるTシャツで表情をチェンジ！

POINT
ショートパンツは素材で気分を変えて
使いやすく毎日のコーデで活躍するショーパンは、変わった素材や色を取り入れるとおしゃれに見えるので、トライしてみて。

Style4 アクティブに魅せるショーパンスタイル

ライダースジャケット¥19,930／シーシークロス モヘアショートパンツ¥14,700、編み上げブーツ¥18,900／ともにブラウニービー

POINT
大ぶりアクセでコーデにポイントを
シンプルで力の入りすぎないコーデのときは、大きめのアクセサリーを胸もとにプラスして。

POINT
アウターは柄モノを選んで差をつける！
この季節のアウターはつい無地を選びがちだから、いつもと雰囲気をチェンジできる柄モノが活躍！ チェックならカジュアルに。

Style2 女友達と遊ぶ日にはラフなカジュアルコーデで

チェック柄ジャケット¥12,600／ディシャス トレンカ付きニット¥7,875／ジャイロ ネック¥5,670／スマッキーグラム（SANYO SHOKAI C.R室）

慧美网 vimee.net
蝴蝶网 hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

Keiko Kitagawa

北川景子

**今年、1番輝いていた人、といったら、誰もが思い浮かべるのが、北川景子さん。
ドラマ『ブザービート』や映画『真夏のオリオン』の公開など充実した1年だったと語る北川さん。
来年には主演映画『花のあと』の公開も控え、ますます注目度が高まる予感。
そんな北川さんに今年の総まとめと来年の抱負を語っていただきました。**

撮影／角田修一　スタイリング／寄森久美子　ヘア&メイク／青山理恵（nude.）　取材・文／佐藤レミ

オンとオフのバランスで来年も充実した1年に

――クリスマス前ということで〝パーティ〟を意識した着こなしでご登場いただきました。

「ファーとか、ゴージャスな素材が入るとドレスアップしているなっていう気分になって、テンションが一気に上がりますね。ボレロは、パーティシーンだけでなく普段から使えるアイテムなので私自身、注目しています。フラワープリントのワンピースは、普段は着ないけれど、着ると女のコらしい気分になりますよね。女のコらしい気持ちになりたいクリスマスデートとかにはステキだなと思います」

――髪型やメイクも新鮮でした。

「ドレスなアップヘアってステキですよね。メイクはチークがポイント。頬の上に丸く入れています。クリスマスなので、目の下に綿棒でキラキラのラメパウダーをのせて華やかな感じにしてみました」

――これからパーティシーズンに突入しますが、パーティならどんな着こなしを？

「プライベートなら、ワンピースにライダースやゴツめのブーツをあわせてメリハリを付けた着こなしが好きですね」

――クリスマスの想い出は？

「17歳まで実家にいたのですが、それまでは家族で過ごしていました。仕事を始めてからは毎年、仕事。去年はCM撮影でハワイに行っていました。今までクリスマスやお誕生日にみんなで集まったことがないので、みんなでワイワイ楽しむパーティがしてみたいですね」

――この冬、買い物はしましたか？

「ヒステリックグラマーでライダースと総スパンコールのタンクワンピースを買って、ロアーでキャップを買いました。あとは、ジャスティン・デイビスのリング。試着はしない派。見た目で気に入ったものを買うことが多いですね」

――買い物の仕方は？

「いいものがあったら、迷わず買います。逆に迷ったときは何も買わずに帰ることもありますね。今探しているのは、アニマル柄のハット。持っているのは黒やグレーが多いのでレオパード柄とかダルメシアン柄のアイテムが欲しいです」

――今年ももうすぐ終わりますが、どんな1年でしたか？

「常に働いていた気がします。何かしら作品に入っていたので、一つ作品が終わると季節も移り変わっていて…という日々でした。それぞれの作品の中で共演者の方や監督など様々な出会いもあって新たな発見もいろいろあった1年。生きていて一番充実していた1年だったと思います」

――その中でも、思い入れのある作品は？

「ひとつだけ選ぶなら月9ドラマの『ブザービート』。仕事をしていく中で自信にもなったし、プラスになる仕事だったと思います」

――バラエティ番組では、いつものイメージと違う北川さんを見られたのも新鮮でした。

「あれは、貫地谷しほりちゃんの策略にハマりました(笑)。本当にみんな、仲が良かったので、素の部分がかなり出ていましたね。あの作品に出たあと、本屋さんで立ち読みをしていて〝好感度が上がった人ランキング〟などで自分が1位になっているのを見つけて〝やったぁ〟って思いました(笑)。〝いい人そう〟と書かれているのをみて〝よしよし〟って思ったり(笑)。遠い存在と思われるよりも、身近に感じていただけるほうが嬉しいですね。貫地谷しほりちゃんとは、作品が終わってもプライベートで遊んでいます。しーちゃんとの関係はドラマのまま。しーちゃんは、お酒も強いんですよ。私はそんなに強くないのでお付き合い程度に。赤ワインや梅酒、日本酒などが好きですね」

――撮影中も北川さんの美肌の話題で持ちきりでした。なにか秘訣はありますか？

「今日のメイクはファンデーションはつけず、コンシーラーのみなんですよ。最近は、岩盤浴によく行っているので調子がいいみたいです。ジムに行きたいなとか、運動したいとか思うんだけど、なかなか時間がないので、朝までやっていて、いっぱい汗をかける岩盤浴で運動した気になってます」

――そのほかに健康管理で気をつけていることは？

「お菓子はあまり食べず、3食のご飯を楽しむようにしています。どうしても外食が多くなってしまうのですが、偏らないようにバランスよくメニューを選んでいます。あとは、母が通販で購入したローラー式の美顔器を、お風呂に入りながらとかテレビを見ながら使いだしたら、肌の調子がよくなりました。母が美容オタクなので、母の影響で私も色んなものを試してます」

――来年の目標は？

「来年も、変わらず仕事で充実できたら嬉しいです。年に一度は家族と一緒に旅行をしたり、息抜きできる時間を作ってプライベートも充実できればいいなと思います」

――仕事とプライベートのバランスは？

「周りに止められるまで、気がつかずにガンガン働いてしまうタイプ。以前は両親からも〝休んだほうがいいよ〟って心配されていて、いやいやながら休みを取ったら、だんだんそれも楽しくなって。今はそのONとOFFのメリハリを楽しんでいます」

――いいバランスも身についた1年だったんですね。

「以前は、よく周りから〝肩の力を抜きなよ〟って言われて〝それができたら苦労しないよ〟って思っていたこともあったんですけどね(笑)。大学も卒業して、仕事に打ち込める環境ができたことで、精神的にも余裕ができたんだと思います」

――女優というお仕事の魅力は？

「まだ、わからないことが多いんですが、役と一緒に成長できるのが大きな魅力。来年の3月に公開される映画『花のあと』では、初めて時代劇に挑戦しました。殺陣や所作のお稽古はもちろん、日本の歴史や文化なども学べたのがプラスになりました。その作品に入ることで、演技だけでなく、その情緒や雰囲気まで体験できるのは、やはり女優のお仕事ならではだと思います」

Profile | 1986年8月22日生まれ。兵庫県出身。森田芳光監督『間宮兄弟』(2006) でスクリーンデビュー。『ワイルドスピード X3 TOKYO DRIFT』(2006) でハリウッドデビュー。2010年1月10日にはTBS系で主演ドラマ『筆談ホステス』が放送予定、3月には初の時代劇映画『花のあと』が公開。

自分が生きている中で
1番充実した1年だった
と思います

蝴蝶网
hudie.com

慧美网
vimee.net

ロマンティックな花柄ドレスはコンパクトなボレロでエレガントに

ボレロ¥29,400／クローラ(アクアガール新宿)、ワンピース¥33,600／パンソー、ネックレス¥16,800／ジュンコパリ(ともにパンソー 表参道店)、ピアス¥2,310／ブラッシュ&ラッシュ(ブラッシュ&ラッシュ 表参道ヒルズ店)

Vivica
hudie.com
e棟1F
Vivica Style
ヒルサイド
テラス
八幡通り
代官山アドレス
渋谷
靴下屋
代官山プラザ
アネックス
奈良代官山
スタジオ
旧山手通り
Vivica Style
Daikanyama
リニューアル移転
いたしました。
〒150-0033 東京都渋谷区猿楽町26-2
sarugaku e棟1F
PM12:00~PM20:00
(土日祝はAM11:00~PM20:00)
火曜定休
vimee.net
Vivica Style Co.,LTD
Vivica Style Daikanyama 03-3476-4004 pink♥x Roppongi 03-5413-6002
www.vivica.jp

北川 karte きたがわ＊カルテ

新連載

撮影／角田修一　スタイリング／寄森久美子
ヘアメイク／青山理恵（nude.）　取材・文／佐藤レミ

みんなの憧れ・北川景子の"パーツ"を毎号クローズアップ キレイの秘密をココだけで大公開

今月のCLOSE UP PARTS

Eye 目

大きくて涼しげな目もとが印象的な北川さん。実は視力にまつわるお茶目な失敗も

ではメガネっ子です。

「目はスキでもキライでもないのですが、女優としては便利なアイテム。メイクをしなかったら薄い顔になるし、メイクをしたら濃い顔にもなるので、役に応じて自由に変身できるんです。『ブザー・ビート』のときは、スッピンのときとメイクをしているときがあったんですけれど、アイメイクでだいぶ印象が変わるので、演技にも入り込みやすかったです。

実は近視なんです。仕事のときはメガネはかけられないけれど、プライベートではかけることが多いです。コンタクトは、大事なお芝居や遠くて見えないようなときはつけるようにしています。近視なので目を細めて見るクセがあるのですが、目を細くすると、少しだけ焦点が合いやすくなるんです。

普段プライベートで使っているメガネは、シードで作ってもらった黒縁のメガネがお気に入り。同じ形で赤も作っていただいたので、洋服にあわせて楽しんでいます。

仕事に行くときはサングラスをすることも多いんですが、度が入っていないので全然見えなくなってしまうんです（笑）。ぼやけるし、暗いし。だから、仕事以外ではあまりかけることはなくなりましたね。

近視ゆえの失敗はいっぱいあります。ガラスのドアが見えなくて思いきりぶつかってしまったり。誰かいてくれたら良かったんですけど、そのときは一人だったので、周りの人の視線が辛かったですね（笑）。

あとは遠くにいる人があまり見えないので、友達から、挨拶したのに返してくれなかったみたいにクレームのメールが入ることもありま す。遠くで手を振っているのとかも全く見えないので、できれば近づいて声をかけて欲しいです。

目周りのケアは、特別なことはしていませんが、クレンジングだけはしっかりするようにしています。細かいメイクは綿棒などを使って目を[illegible]に保つように心がけています」

Profile

映画を中心にドラマ、CMと活動の場を広げ、夏に放送されたドラマ『ブザー・ビート』が話題に。来年3月には映画『花のあと』が公開予定。ブログもチェックできる公式サイトは http://official.stardust.co.jp/keiko/

ネックレス¥50,400／ヴィヴィアン クチュール（アーカー クチュールメゾン）／ティンクピンク、リング¥89,250／アーカー（ともにアーカー 神南本店）

蝴蝶网 hudie.com
慧美网 vimee.net

「ワイヒ(滴る水)」とも呼ばれているマノアの滝。岩肌を流れる水を見ているだけでリラックスした気分に。

DATA

㊓End of Manoa Road, Honolulu
㊡平日　日の出から日没まで。
入場料：無料
所要時間：滝までは約40〜50分

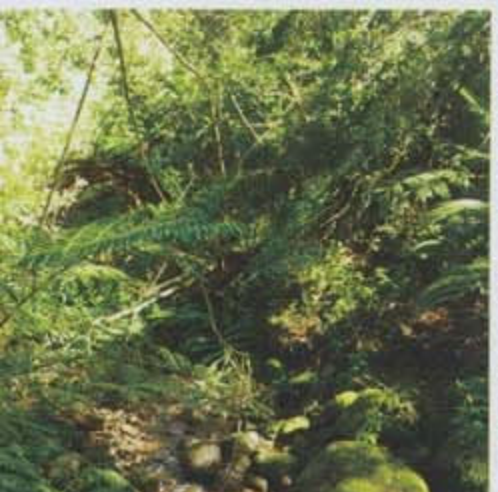
マイナスイオンを体全体に浴びて癒される

マノア滝・ハイキングコース

マノア滝はワイキキから車で約15分のマノア地区に位置。ハワイの野鳥や植物が生息する熱帯雨林が美しいマノア・フォールズ・トレイルは、標高110m・片道1.3Km、約40分の初心者でも楽しめるハイキング・トレイルコース。冷たい空気と木立の香りに包まれながら、自然の中を歩くと、新しいハワイを発見することができるかも。

撮影／熊谷 晃(Jam International)　取材・文／古沢きよみ　マップ制作／ジェオ

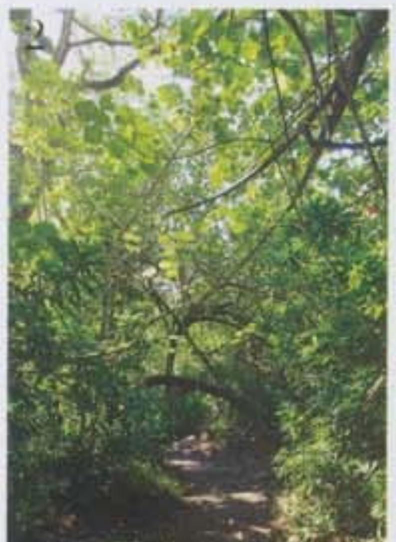
4



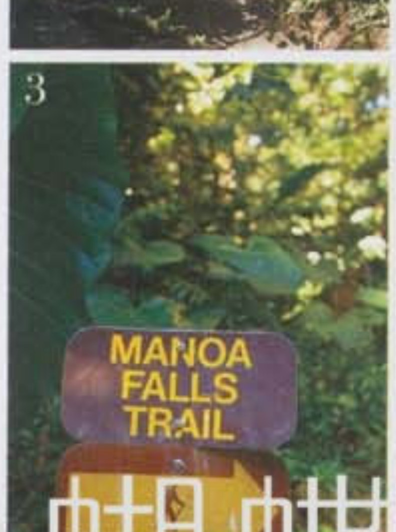
5

7

4.入り口を過ぎたあたり。木立の合間から青空が見えて気持ちがスッキリします。5.途中あたりに巨大な木が出現。最近、そばの木が倒れて足場が悪くなっているので注意。6.ハイキング・トレイルの横を流れるワイヒ川のせせらぎの音を聞きながら、熱帯雨林の光景を堪能。7.マイナスイオンの恵みを浴びながら、自分のペースでハイキングを楽しんで。



2



3

1

1.ハイキング・トレイルの中間地点あたり。この先、勾配がきつくなりだすので足もとに注意。
2.天候によっては道がぬかるんでいるところがあるので、スニーカーをはくのがオススメ。
3.入り口の看板。ここから滝までのハイキング・トレイルコースが始まります。

慧美网 vimee.
蝴蝶网 hudie.com

NEWS!

可愛いネックレスをデザインしました♥

みっこのジュエリーがデビュー!

大人気モデルの矢野未希子さんが
ジュエリーデザイナーデビュー！
いつもおしゃれなみっこが、女のコが可愛
見えるジュエリーを徹底的に考えて
デザインしました★

撮影／[人物]堤 博之 [静物]吉岡真理(スタジオバンバン)
スタイリング／為井真野(kind)
ヘア＆メイク／中村未幸(roraima)
モデル／矢野未希子

m
~Mikiko Yano
original design~
エム～ミキコ ヤノ オリジナル デザイン～

蝴蝶网 hudie.com

オフィスコーデにも

ジャケットの首もとにきゃしゃに輝くダイヤ★

ケット¥14,994／スウィーナ by アースミュー
ク（アース ミュージック＆エコロジー スーパー
ミアム ストア六本木ヒルズ店）ピンク長そでニ
¥2,940／ローリーズファーム（ポイント）

デートコーデにも♥

小粒のダイヤが鎖骨を強調してセクシー

ファーえり付きカーデ¥17,850／ディアル スレッド（デュアル スレッド 有楽町マルイ店）花柄ヘアワンピ¥18,900／ディグレース（ピー・エックス）

リボンブラウス¥3
／ブーラフリーム

着けたのはコレ!

10金素材でダイヤが4つも!

上の2つのダイヤが鎖骨にのるデザイン！ きゃしゃで繊細なゴールドチェーンもみっこのこだわりです♪（K10YG、ダイヤ）¥15,750／エム～ミキコ ヤノ オリジナル デザイン～（アイフリーク）（同じデザインでお手頃なシルバー×YGコーティング¥9,975もあります）

バックパーツにもブランドロゴの「m」があしらわれています♥（シルバー素材¥9,975には付きません）

慧美网 vimee.net

みっこのコメント♥♥

コンセプトは「シンプルでセクシー、そして上品」。この3つのバランスを大事にしてネックレスをデザインしました。素材にとことんこだわって、きゃしゃなチェーンやダイヤ4つをセレクト。みんなに気に入ってもらえるといいな♥ と思ってます！

この商品を買えるのは、ココ!(ケータイ)

docomoの人は
デコメdeギフト
http://decogift.jp

au softbankの人は
お気持ち.jp
http://okimochi.jp

(問) toiawase@okimochi.jp

蝴蝶网 hudiec.com

ブランドアイテム第1付録

サマンサティアラ あぶらとり紙付き マルチケース

1冊に1つ！

今号はなんと超豪華2大付録！
1st付録は、みんな大好きなサマンサティアラが付録初登場！
さらに2nd付録にはキュートなリラックマのカレンダーも付いてます♥

[人物] 角田明子、[静物] 片岡 祥 (PPI)
…ング／[人物] 永岡美夏 (Super Continental)
…イク／奥平正芳 (CUBE MANEGEMENT OFFICE)
／矢野未希子 撮影協力／ EASE PARIS

商品のお問い合わせ先リストは、P.158にあります。

●不良品の対応について

万が一付録に不具合がありましたら、下記の付録事務局にお電話ください。良品と交換させていただきます。

サマンサティアラ付録事務局
☎03-3863-6943
リラックマ付録事務局
0120-108-280

※受付は2010年1月14日まで。(電話での対応は2009年12月29日～1月4日、及び土日祝を除く10:00～17:00)

第1付録

“憧れのサマンサティアラが女性誌付録に初登場！”

ワンピース／スタイリスト私物

あぶらとり紙付きマルチケース 使い方NAVI

超便利！ マルチケースのオススメな使い方をご紹介します。

1 単体でも使える キュートなあぶらとり紙

2 But！ きりとり線に沿って切り取ると……

3 付属のケースにセットしても使えます！ Set!

カード類などの整理にも便利！

唯美网 vimee.net

ブランドアイテム第2付録

リラックマ スイーツ柄卓上カレンダー

なんと1冊にもう1つ！

第2付録

卓上にも壁掛けカレンダーにもなる

Back!

“steady.特別デザインのスイーツ柄リラックマカレンダー♥”

毎月違う！ キュートなデザイン♥

リラックマの新シリーズ、スイーツテーマのsteady.オリジナルカレンダーを毎月お届け。

今年の12月スタートなのでスグ使える！

May April March February January December

December November October September August July June

vimee.net
hudie.com

ツシリーズ"召し上がれ♥

らにキュートにデコレーションされたリラックマグッズは必見！

撮影／片岡 祥(PPI) 撮影協力／EASE PARIS

●掲載商品のお問い合わせ先リストは、P.158にあります。

お仕事ガールのランチタイムに欠かせない！

LUNCH ITEM

可愛いランチボックスなら、お昼の時間が楽しみになりそう♥ おしゃれなマグカップも要チェック！

1.ストレーナー（茶こし）付きマグカップ各¥1,449、2.電子レンジもOK！ 中子（しきり）付きランチボックス¥588、3.おしぼりセット¥630／すべてサンエックス

デスクまわりをカラフルに彩る、キュートな文房具

STATIONARY

お仕事タイムだって可愛いものに囲まれていたい！ そんなOLさんにぴったりなステーショナリーがこちら。

1.B6SPノート¥367、2.マスコット付きボールペン¥441、3.マスコット付きシャープペン¥441、4.SPメモ¥262、5.マスコット付きボールペン¥441、6.マスコット付きシャープペン¥441、7.ダブルクリアホルダー¥231、8.SPメモ¥262、9.B6SPノート¥367、10.ダブルクリアホルダー¥231／すべてサンエックス

可愛くって癒される

食べちゃいたいほど可愛い、スイーツアイテム登場♥

リラックマの“スイー

カラフルなマカロンや、リラックマにそっくりなケーキ。これはリラックマたちが見る夢？ スイーツが加わって、

蝴蝶网
hudie.com

本物みたいなマカロンストラップは完売必須！

MOBILE STRAP

人気のリラックマ携帯ストラップに、こんなに可愛いアイテムが仲間入り。早く買わなきゃ売り切れちゃう！

1.2.4.底面にはクリーナー付き！ 携帯クリーナーぬいぐるみ各¥609、3.5.ラインストーン付きのマカロンがキュート♥マスコット付きストラップ各¥819／すべてサンエックス

リラックマたちと一緒に可愛くビューティアップ！

BEAUTY GOODS

ポーチやハンドタオルなど、女のコらしさを主張できるビューティグッズこそ、見た目もこだわりたい♪

1.ポーチ¥997、2.織りネーム付きで高級感のあるデザイン。ペンポーチ¥892、3.4.刺繍アップリケ付きミニタオル各¥525／すべてサンエックス

慧美网
vimee.net

information

リラックマの新シリーズ「スイーツテーマ」登場！

リラックマの新シリーズ「スイーツテーマ」が12月上旬に発売決定！ ぬいぐるみや雑貨、ステーショナリーなどキラキラ可愛いグッズがいっぱいです♥

 ©2009 SAN-X CO., LTD. ALL RIGHTS RESERVED.

steady.編集部に毎号集まってくる読者アンケートでは…

「プチプラがいっぱい見たい!」

「このご時勢、高いものばっかり買ってられない!」

「プチプラでおしゃれする方法が知りたい!」

…、プチプラへの **ラブコールが殺到!…**

みんなのプチプラクチコミを集めちゃおう!!

と考えたK編集長…

でも…

普通のプチプラ特集じゃ物足りないわね

“プチプラ”のクチコミが怒涛の20P!!

「…かった!」…ラ良品

掲載商品の問い合わせ先はP.158にあります

…況の余波が続くうえに冬は…かとお金がかかるもの。そ…な沈んだ気分を吹き飛ばす…のといえばやっぱりプチプ…!「買ってよかった」の検証…みアイテムが勢揃いです☆

…/[人物] smile☺ (peace monkey)、[静物] 片岡…PPI)、[読者]関戸聡子、古谷佑実(スタジオバンバン)…イリング/柴山之和美　ヘア&メイク/大島清子…aima)　モデル/梅澤レナ、菅原沙樹、田中美保…・文/片山幸代、[P.50] 藤田麻子　撮影協力/mo…kurkku、Papas PANYA

そんなみんなのクチコミを結集して生まれたコンテンツがコチラ!!

大定番のニットからコートやワンピ、ボトムス、小物に至るまでランキングでご紹介!

Part 1
アイテム別
「買ってよかった!」みんなのプチプラ良品ランキング
全218アイテム掲載!!

\\ 私たちもクチコミしました! //

ムートンブーツやファーマフラーなどの装いのアクセントになる狙い目小物がいっぱい☆

宇野泰子さん(メーカー勤務・28歳)

本当はヒミツにしたいけど、同じsteady.読者のためにお気に入りブランドを紹介します♥

古月里奈さん(商社勤務・23歳)

ただ安いだけでなく、おしゃれで着まわしもできる良品アイテムを大プッシュしました。

垰 智子さん(IT関連会社勤務・26歳)

見た目リッチなツイードコートも驚きのベストプライス!

カーデ&ワンピの甘口コーデがなんと1万円ちょいで完成!

値が張るコートこそプチプラがうれしい。上品な印象のツイード素材ならルックスも申し分なし! コート¥10,290/フリーズ マート(フリーズ マート) ファーティペット¥3,990/ライフ ドルチェ ラボ プランタン銀座 バッグ¥3,990/ピンク アドベ タイツ¥840/靴下屋(タビオ) ブーツ¥9,900/キャンディッシュ

オンオフどちらにも使えそう♪ ロングカーディガン¥4,998/アース ミュージック&エコロジー スーパープレミアム ストア 六本木ヒルズ店　ワンピース¥5,985/プーラフリーム ネックレス¥3,990/トランテアン ソン ドゥ モード(ヒロタ)　タイツ¥840/靴下屋(タビオ)　ブーツ¥4,179/イマージュ コレクション(イマージュ)

安くても
可愛くて使える
アイテムが
満載だよ♥

今年は¥7,000を切るお買い得ライダースジャケットも登場！ ジャケット¥6,930／プーラフリーム 中に着たカットソー¥3,990／フリージア バイ フリーズ マート（フリーズ マート） スカート¥4,935／ローリーズファーム（ポイント） ストール¥3,045／ディップドロップス（オンワード樫山） タイツ¥840／靴下屋（タビオ）

さらに深く調査するため、読者による座談会も開催しました♥

座談会も開催!!

面談も実施!

プチプラショップやブランドの聞き込みを面談で実施！

PCで

全国の読者皆様にパンメールでアンケートを実施しました

読者代表への聞き込みも徹底!!

使えるプチプラかどうか!? を読者が判定！ 熱い議論が交わされました！

上村菜津子さん（金融関連勤務・23歳）

平川ちひろさん（メーカー勤務・27歳）

高沢奈苗さん（メーカー勤務・25歳）

もちろん、ケータイでも!!

携帯からもアンケートを実施。PCとあわせて1000人の回答を回収！

steady. 編集部の総力を…で

クチコミを集めること1000人！…

蝴蝶网
hudie.com

読者1000人の
ぎっしり詰まった

「買ってよ
プチプ

まさにプチプラの穴場！ オリジナリティのあるデザインで他のコとカブる心配なし！

私もクチコミしました

いつもお買い…ている大好き…ップにも、探…意外にもプチプ…があるんです♥

倉形まなみさん（医療関連勤務・2…

Part 2

いつもの 大好きブランド
&ショップ で発見!
お買い得
プチプラアイテム

全33アイテム
掲載!!

秋冬コーデで人気が高かった8スタイルを再現。オール¥14,999以下です！

コーデごと買えるように、プチプラで頑張ったよ♥

スタイリスト・柴やん

Part 3

読者の人気コーデ
プチプラで
作っちゃいま
SHOW!!

全22アイテム
掲載

慧美网
vimee.net

蝴蝶网
hudie.com

Part 1 アイテム別「買ってよかった!」

みんなのプチプラ良品ランキング

みんなが太鼓判を押したアイテムを部門ごとにランキング☆ それぞれに予算設定がしてあるからお買い物計画も立てやすい!

こなれ感を演出できるロングカーデがプチプラなんてハッピー♥

プチプラ良品ランキング ニット部門

冬コーデの出番がいちばん多いニットは「プチプラでたくさん買いたい」のがみんなの本音!

ディップドロップス ¥4,935

クチコミ!

ディップドロップスはベーシックすぎないデザインだからおすすめ! 色違いで欲しいな♥

三浦 泉さん（ピアニスト・26歳）

第1位 ニット部門 679／1000人が買いました!

きれいめロングカーディガン

プチプラ価格 ¥1,990から

きちんと感のあるハイゲージのロングカーデは「大人っぽい」と集票数も断トツNO.1。

辛口なショールカラータイプ。カーディガン¥4,935／ディップドロップス（オンワード樫山） ブラウス¥3,990／ジ・エンポリアム スカート¥5,985／ミッシュ マッシュ ネックレス¥2,730／ナチュラルビューティーベーシック バッグ¥5,229／イマージュ コレクション（イマージュ） タイツ¥840／靴下屋（タビオ） ブーツ¥21,000／ロペピクニックパサージュ

みんなのクチコミ!

★シンプルなのにおしゃれに見えるきれいめロングカーデは何枚でも欲しいからプチプラで大人買いしちゃいました!（美穂子さん・24歳）

★ナチュラルビューティーベーシックがきれいで丈夫、しかも安い!（可奈さん・25歳）

★ユニクロがカラバリ豊富で何枚でも買えるのがうれしい!（みやこさん・27歳）

宇野泰子さん（メーカー勤務・28歳）

g.u. ¥1,990

←しっかりとした素材感のうえにベルトが付いてこの価格は驚き! 深みのあるパープルで女度を上げて。¥1,990／g.u.

ユニクロ ¥2,990

←胸開きがシャープなネイビーニットでキリリとした印象をアピール。身頃が細いので着やせします。¥2,990／ユニクロ

ミスティック ¥7,875

←しなやかなシルエットを描くソフトアンゴラ素材。¥7,875／ミスティック（ミスティック 原宿店）

プーラフリーム ¥3,360

←大人ガーリーな着こなしにぴったりのサーモンピンク。シルバーの縁どりがキモ。¥3,360／プーラフリーム

ヘザー ¥5,460

→長いリブや袖に配したボタンがメリハリを加えるから間延びして見えません。¥5,460／ヘザー（ポイント）

ミスティック ¥6,825

→前立てについた端正なフリルがクラシカルな甘さをプラス。¥6,825／ミスティック（ミスティック 原宿店）

ZARA ¥5,990

→やや肉厚のグレーニット。ゆとりのある袖口やポケットのシルエットがキュート。¥5,990／ザラ（ザラ・ジャパン）

こんなに着まわせる! (steady.2009年12月号より)

1カ月コーデでもロングカーデは毎回大活躍です!

3 上からベルトをしめる上級技も使えそう。コーデバリエも様々です。

2 ショーパンとのコーデもグッドバランス。ストールでアクセントを。

1 花柄ワンピとあわせた定番コーデ。ファーを首もとにあしらって。

慧美网
vimee.net

みんなのクチコミ!

★エニィ スィスがお買い得なのに上品デザイン。(史子さん・25歳)

★リボンの可愛さでプチプラがごまかせちゃう!(美沙さん・26歳)

★steady.に載ってたジル バイのリボンニット買いました!(千佳さん・26歳)

平川ちひろさん(メーカー勤務・27歳)

ライフ ドルチェ ラボ ¥4,935

→つややかなサテンのリボンがネイビーの真面目さを払拭。¥4,935/ライフ ドルチェ ラボ プランタン銀座

ライフ ドルチェ ラボ ¥3,990

←デコルテラインをきれいに見せるスクエアネック。¥3,990/ライフ ドルチェ ラボ プランタン銀座

ディップ ドロップス ¥2,940

→黒のスパンコールを散りばめたリボンブローチ付き。¥2,940/ディップドロップス(オンワード樫山)

イマージュ コレクション ¥2,079

←コントラストのあるモノトーン配色で甘さをセーブ。¥2,079/イマージュ コレクション(イマージュ)

ロペ ピクニック ¥3,990

↓ダブルVネックの背中にはリボンが! フェミニンな肌見せがかないます。¥3,990/ロペピクニック

エニィ スィス バイ クミキョク スィス ¥4,935

FRONT

→シンプルな前デザインとのギャップが小粋。¥4,935/エニィ スィス バイ クミキョク スィス(オンワード樫山)

第3位 ニット部門 587/1000人が買いました!

リボン付きニット

プチプラ価格 ¥2,079から

ワンポイントで女のコらしさを表現できるリボン付きがガーリー派のハートに見事に的中!

\クチコミ!/

リボン付きというだけで胸がキュンってなりますよね。ワンポイントなら会社でも着られそう。

佐々木清香さん(不動産会社勤務・26歳)

ぷっくりとしたリボンをあしらったニットで大人の甘さをトッピング♪ 7分袖なら洗練された佇まいも約束。ニット¥2,940/アンレリッシュ ショートパンツ¥4,935/ロペピクニック バッグ¥5,565/サック 3連ブレスレット(ネックレス付き)¥2,990/ニッセンスタイル(ニッセン) ブーツ¥33,390/ダイアナ(ダイアナ 銀座本店)

\クチコミ!/

可愛いうえにあったかいから本当に使えます♥ デートでは彼受けのいいベージュを愛用!

野中優子さん(保険会社勤務・27歳)

大きなえりで顔まわりが華やかに。カーディガン¥6,930/アクシーズファム(アイジーエー) 花柄ワンピース¥4,998/アースミュージック&エコロジー スーパープレミアム ストア 六本木ヒルズ店 ネックレス¥2,625/ジャムベリー(パサージュ ミニョン) バッグ¥4,809/イマージュ コレクション(イマージュ) タイツ¥840/靴下屋(タビオ)

information

表参道ヒルズに kurkku 3がオープン

ap bank小林武史がコンセプトプロデュースする「kurkku」の新業態カフェ「kurkku 3」が表参道ヒルズ本館1Fに11月19日にオープンしました!「Made in Japan」を意識してこだわり抜いた食材を楽しめるカフェです。東京都渋谷区神宮前4-12-10 表参道ヒルズ本館1F ☎03-6438-9603 営11:00~23:30(LO22:30)、日曜~22:30(LO21:30)

第2位 ニット部門 612/1000人が買いました!

ざっくり編みロングカーディガン

プチプラ価格 ¥4,095から

厚手のカーディガンこそ、プチプラで手に入れたいアイテム。可愛い値段で上手に見つけたい♥

ワンアフターアナザー ナイスクラップ ¥4,725

→重たく見えがちなグレーニットも深めのネックラインで見事に解消。¥4,725/ワンアフターアナザー ナイスクラップ

ジーナシス ¥6,090

→さわやかなパステルグリーンがコーデに新鮮味を加えます。¥6,090/ジーナシス(ポイント)

アンラシーネ ¥4,900

↓モコモコとした素材感でグレーニットを愛らしく。ファーは取り外しができます。¥4,900/アンラシーネ

ハッシュアッシュ ¥5,990

←カジュアルな模様に毛足の長いファーをあしらって子供っぽさから脱却! ¥5,990/ハッシュアッシュ

ベンズネック ¥4,095

←グラデを効かせたファーえり付き。丸いフォルムのフラップポケットがおしゃれ! ¥4,095/ベンズネック

ZARA ¥5,990

→ローゲージニットの寛ぎ感でクラシカルなコートが今どきな印象に。¥5,990/ザラ(ザラ・ジャパン)

柴やんの プチプラニットの注目ブランド&ショップ

ロペピクニック…プチプラだけど上品で可愛いデザインの宝庫だよ♪

ナチュラルビューティーベーシック…きれいめプチプラがいっぱい

アース ミュージック&エコロジー…可愛いデザインがお手ごろ価格!

みんなのクチコミ

★デザイン豊富で、しかも安いアースが断然買い!(美香さん・24歳)

★トレンド色が強いアイテムなので、プチプラが○。(和子さん・26歳)

★まだ買ってないけど、ローリーズファームをチェックしたい!(里さん・27歳)

上村菜津子さん(金融関連会社勤務・23歳)

蝴蝶网 hudie.com
慧美网 vimee.net

第5位 487／1000人 ニット部門 が買いました!

きれいめロングニット

プチプラ価格 ¥1,480 から

「流行のミニボトムとコーデしたい」ということでかさばらないロングニットが鉄板入りに。

ロペピクニック ¥4,935
細かなラメをミックスしたボーダー柄。ボリュームのある袖は着やせ効果大! ¥4,935／ロペピクニック

チュラルビューティーーシック ¥3,780
いえりぐりでインナー組み合わせが楽しめま¥3,780／ナチュラルーティーベーシック

夢展望 ¥1,480
マシュマロのようなタッチのやわらかな肌触り♪両Vネックで後ろ姿もセクシー。¥1,480／夢展望

ィップロップス ¥4,095
もとのポケットにあしらったスパールがアイキャッチ☆ ¥4,095／ップドロップス(オンワード樫山)

第4位 **Vネックニット**

アンレリッシュ ¥3,990

着こなし豊富なVニットはプチプラで大量買い♥

大定番の黒ニットには柄スカートが好相性! 袖をまくって抜け感を加えれば軽やかな雰囲気をつくれます。赤バッグで華やぎ感を添えて。ニット¥3,990／アンレリッシュ スカート¥6,930／トランテアン ソ ド ワード(ヒロタ) ネックレス¥1,995／アフターオール(インデックス) バッグ¥6,720／ユニック パー ヴェールダンス

第4位 513／1000人 ニット部門 が買いました!

Vネックニット

プチプラ価格 ¥1,990 から

1枚で、重ね着でと着まわせるから「アンダー¥5,000でカラバリを」という声が多数!

みんなのクチコミ!

★ユニクロがカラバリ豊富だし、安いし、私のまわりも私もみんな買ってます(笑)!(南さん・25歳)

★ユニクロが安いのに、品質がよい。(浩子さん・26歳)

★steady.で見たローリーズファームが可愛くて即ゲット。(香織さん・28歳)

磯部奈央さん(ネイリスト・25歳)

第5位 **きれいめロングニット**

エニィ スィス ブラン ¥4,935

発色のよいきれい色で値段以上の見た目実力!

小物はブラウン系で優しい配色を心がけて。ニット¥4,935／エニィ スィス ブラン(オンワード樫山) ショートパンツ¥5,145／マジーマルシェ(ジ・エンポリアム) バッグ¥4,179／イマージュ コレクション(イマージュ) ネックレス¥3,654／イマージュ コレクション(イマージュ) ブーツ¥29,190／ダイアナ(ダイアナ 銀座本店)

アース ミュージック&エコロジー ¥3,990
重ね着しやすい形。¥3,990／アース ミュージック&エコロジー スーパープレミアム ストア 六本木ヒルズ店

ジーナシス ¥3,780
ボリュームのある袖口にツヤ消しのスタッズをあしらった辛口デザイン。¥3,780／ジーナシス(ポイント)

ギャミヌリィ ¥2,940
ラメ糸でほのかなきらめきをまとったライトグレー。ネックラインがきれい! ¥2,940／ギャミヌリィ

ニッセンスタイル ¥1,990
上質な素材を使っていてもプチプラなのがうれしい♪ ¥1,990／ニッセンスタイル(ニッセン)

みんなのクチコミ!

★シンプルニットなら、断然ナチュラルビューティーベーシック!(弥生さん・27歳)

★ヘビロテして使い倒しちゃうので、プチプラで毎年大人買い。(佳代さん・25歳)

高沢奈苗さん(メーカー勤務・25歳)

みんなが買ってるのはココ!

アース ミュージック&エコロジー ¥6,993
¥6,993／アース ミュージック&エコロジー スーパープレミアム ストア六本木ヒルズ店

ニッセンスタイル ¥2,940
ポンポン付きの白ポンチョは無条件の可愛さ。¥2,940／ニッセンスタイル(ニッセン)

イマージュ コレクション ¥4,179
ケーブル編みとフリンジですっきりとした縦ラインに。¥4,179／イマージュ コレクション(イマージュ)

第6位 432／1000人 ニット部門 が買いました!

ポンチョ

プチプラ価格 ¥2,940 から

今年らしさ満点のポンチョも「プチプラで賢くゲット」がsteady.ガールの合言葉に!

このカットがポンチョの火付け役♥

(steady.2008年10月号)
このカットが掲載され、読者の間でポンチョが大人気アイテムに!

みんなのクチコミ!

★ワンシーズンものかも…と思って、プチプラで可愛いのを探しました!(亜紀さん・26歳)

★アースのものが安くて可愛いんです♥(奈々さん・24歳)

アンラシーネ ¥4,900
お出かけ気分を盛り上げる柄ニット。コンパクトな身頃で着ぶくれしません。¥4,900／アンラシーネ

流行アイテムはプチプラで賢くゲット

第6位 **ポンチョ**

ディップドロップス ¥5,145

ポンチョ¥5,145／ディップドロップス(オンワード樫山) スカート¥4,494／アース ミュージック&エコロジー スーパープレミアム ストア 六本木ヒルズ店 グローブ¥2,520／ナチュラルビューティーベーシック バッグ¥8,295／サック ネックレス(2個セット)¥3,129／イマージュ コレクション(イマージュ) タイツ¥840／靴下屋(タビオ) ブーツ¥11,550／アフターオール(インデックス)

読者に断トツ人気はユニクロのV!

ユニクロ ¥1,990
破格の値段なのに程よいフィット感でスタイルUPできるユニクロは殿堂級! ¥1,990／ユニクロ

ユニクロ ¥1,990
ノーブルな着こなしができるネイビーは一枚持っているとかなり重宝します。¥1,990／ユニクロ

大人気! 黒Vニットの ON/OFF 着まわし!

宇野泰子さん(メーカー勤務・28歳)

ひらミニをあわせて華やかな着こなし。シンプルニットとの甘辛バランスが可愛い。

通勤はシャツをインしてプレッピー風に。濃色ボトムをあわせて落ち着いた印象に。

蝴蝶网 hudie.com
慧美网 vimee.net

第8位 ニット部門 305／1000人が買いました!

ざっくり編みロングニット

プチプラ価格 ¥1,990から

一枚で着たり、スカートをINしてワンピのように着たりとコーデ幅の広さに人気が集中!

g.u.
¥1,990

⬆ボレロを重ねたような技ありデザインは一枚でおしゃれ度が上がる優秀アイテム。¥1,990／g.u.

ロペピクニック
¥4,935

⬆インにもアウトにもできる半袖タイプ。上半身はリブなのでメリハリもばっちり。¥4,935／ロペピクニック

ベンズネック
¥4,095

➡ぬくもりのある肉厚な素材感をパステルピンクで優しく表現。両Vネックで後ろ姿も大人。¥4,095／ベンズネック

柴やんの注目プチプラ!

エニィ スィス バイ クミキョク スィス
カットソー付きで
¥7,980

⬅胸もとにレースがついた黒のカットソーがセット。¥7,980／エニィ スィス バイ クミキョク スィス(オンワード樫山)

みんなのクチコミ!

★休日アイテムなのでプチプラを狙いました。(恭子さん・28歳)

★流行アイテムなので、プチプラでもいっぱいありそう。(美和さん・24歳)

第7位 カーディガン

みんなココのプチプラカーデを買ってます!

主役級の存在感を放つパール付き、なのにプチプラ!

プーラフリーム ¥4,935

えりぐりに2連のパールをあしらったエレガントなカーデは、ボタンを留めるとまるでネックレスを重ねているよう! アフター6にデートのある日もこれなら安心。カーディガン¥4,935／プーラフリーム 中に着たカットソー¥3,780／ココ ディール ショートパンツ¥4,179／イマージュ コレクション(イマージュ) バッグ¥5,145／サック

ギャップ
¥4,800

⬇男女問わず好印象を持たれる落ち着いたピンク。プリーツポケットが可愛い。¥4,800／ギャップ原宿

➡高品質なメリノウールを使用。¥3,990／アース ミュージック&エコロジー スーパープレミアム ストア 六本木ヒルズ店

アース ミュージック&エコロジー
¥3,990

第7位 ニット部門 342／1000人が買いました!

カーディガン

プチプラ価格 ¥2,940から

オンオフともに活躍するカーデ。今季はきれいめカラーやデコラディテールも要チェック!

プーラ フリーム
¥3,990

⬆他のコと差をつけたいなら、フロントに黒のレースをあしらったデザインをセレクト。¥3,990／プーラフリーム

ロペ ピクニック
¥2,940

⬆甘辛のどちらともあわせやすいイエロー。小さなえりぐりは会社でも重宝しそう。¥2,940／ロペピクニック

みんなのクチコミ!

★何枚あっても困らないので、プチプラがお役だち!(景子さん・25歳)

★VISが可愛いデザインで、お値段ももちろん可愛い!(礼奈さん・24歳)

第8位 ざっくり編みロングニット

透かし編みやベル袖デザインが高級感を醸すポイント♥

オーガニック ¥5,775

胸もとの肌見せもフェミニンオーラを漂わせるのにひと役。好感度の高いカジュアルコーデです。ニット¥5,775／オーガニック(ザンパ) デニム¥6,090／ナチュラルビューティーベーシック ネックレス¥5,985／組曲(オンワード樫山) バッグ¥5,040／アクシーズファム(アイジーエー) 中に着たキャミソール／スタイリスト私物

みんなのクチコミ!

★プチプラなら、思いきって休日限定の可愛いアイテムが買える。(操さん・24歳)

★意外にユニクロに可愛いものがいっぱい♥(由香さん・25歳)

第10位 ニット部門 233／1000人が買いました!

柄ニット

プチプラ価格 ¥3,990から

冬カジュアルを楽しむのに外せないのがコレ! 東欧風や雪モチーフなどバリエも豊富です。

ユニクロ
¥3,990

➡ライトグレーにピンクの絵柄が浮かび上がるハートウォーミングなニットワンピ。デートにも◎。¥3,990／ユニクロ

ワンアフター アナザー ナイスクラップ
¥3,990

ロペピクニック
¥4,935

⬅ネックで仕立たちのシルエットをノール柄が…ーク。¥3,990／ワンアフターアナザー ナイスクラップ

ピンク アドベ
¥4,935

⬅ポケットにまで柄をあしらったのがキュート。パープルとホワイトのシックな配色がおしゃれ。¥4,935／ピンク アドベ

⬆オフタートルで柄ニットが大人顔に昇華。レイヤードに最適な半袖ワンピ。¥4,935／ロペピクニック

（右）ニット¥4,935／ロペピクニック ショートパンツ¥5,145／ジーナシス(ポイント) ストール¥7,140／カージュ(シップス ジェットブルー 新宿店) ネックレス¥5,985／組曲(オンワード樫山) タイツ¥840／靴下屋(タビオ)

第10位 柄ニット

第9位 ふんわり袖ニット

ロペピクニック ¥4,935

イーエービー ¥4,900

（左）ワンピース¥4,900／イーエービー 中にはいたスカート¥…／ワンアフターアナザー… ネックレス¥3,465／Style 81 …ドーム… タイツ¥840／靴下屋

第9位 ニット部門 253／1000人が買いました!

ふんわり袖ニット

プチプラ価格 ¥2,940から

旬の華やかさに加えて二の腕カバーもできるとあって、プチプラでも多くの票を獲得!

ローリーズ ファーム
¥4,095

⬆辛口派にはドルマン風のスリーブラインがおすすめ。¥4,095／ローリーズファーム(ポイント)

ニッセンスタイル
¥2,990

⬇細身の身頃と丸い袖口のバランスが絶妙。きゃしゃな首を強調できます。¥2,990／ニッセンスタイル(ニッセン)

プーラフリーム
¥2,940

⬆パフスリーブ&スパンコールをあしらったニットはsteady.ガールの大好物♥ ¥2,940／プーラフリーム

みんなのクチコミ!

★ロペピクに可愛いのがあった!(聡美さん・25歳)

★サイズがいっぱいあるイマージュを探してみようかな(愛さん・26歳)

vimee.net
蝴蝶网 hudie.com

プチプラ良品ランキング
トップス部門

着こなしバリエの鍵を握るトップスではプリントやモチーフ付きなど、安く見えないアイテムが人気です♪

ーラフリーム
¥3,990

ンクのシフォンにレオパ柄をあしらったチュニッ一枚で甘辛ミックスが完¥3,990／プーラフリーム

アンラシーネ
¥3,990

←ブロックチェックもモノトーンなら脱・子供に。リボン[illegible]アンラシーネ

フリージア バイ フリーズ マート
¥4,935

↓グレーサテンと見せジップの辛口コンビ。¥4,935／フリージア バイ フリーズ マート（フリーズ マート）

マジーマルシェ
¥5,145

←水彩タッチの花柄とコサージュ風の飾りでロマンティックムード全開。¥5,145／マジーマルシェ（ジ・エンポリアム）

アンラシーネ
¥4,900

←細かなタックでふんわりと仕立てた黒チュニックはオンオフどちらにも使えます。¥4,900／アンラシーネ

んなのチコミ!

★きれいめなら会社にも着ていけるのでプチプラでたくさん買いました!（ナオミさん・26歳）

★プーラフリームに使えるプチプラがいっぱいあります。（彩さん・24歳）

ダークな地色のプリントで高級感を演出するのがプチプラ上手

第1位 トップス部門 605／1000人が買いました!

チュニック

プチプラ価格 ¥3,990から

大胆な花柄や旬のレオパード柄などの遊び心あるチュニックもプチプラなら挑戦しやすい!

カットソー付きで

ワンアフターアナザー ナイスクラップ ¥3,990

＼クチコミ!／

流行りのプリントやデザインがプチプラで揃うので、行きつけショップになっています。

岡本ハナさん（IT関連会社勤務・26歳）

黒地に映える赤や青の花柄が大人のフェミニンを表現。ショートパンツでフレッシュに！ チュニック（カットソー付き）¥3,990／ワンアフターアナザー ナイスクラップ ショートパンツ¥3,990／アース ミュージック＆エコロジー スーパープレミアム ストア六本木ヒルズ店 ネックレス¥6,900／ボナジョルナータ（ファイブフォックス）バッグ¥5,145／ユニック パー ヴェールダンス

ピンク アドベ
¥3,990

レガントな着こなしができるスモーキーパル。ユニークなデザインでおしゃれをリー¥3,990／ピンク アドベ

ピーチ・ジョン
¥4,000

↑細かなラッフルをたっぷりとあしらったペールピンクのブラウス。キャミソール付き。¥4,000／ピーチ・ジョン

ベビクニック
¥3,990

もとのティアードフリルが愛らし発揮。ジョーゼット素材。¥3,990ベビクニック

ギャミヌリィ
¥4,935

↑サテンとチュールの異素材使い。胸もとのラッフルにはスパンコールがキラリ☆ ¥4,935／ギャミヌリィ

ライフ ドルチェ ラボ
¥5,491

⇒3枚重ねにしたラッフルが動き合わせてゴージャスに揺れます。¥5,491／ライフ ドルチェ ラボ プランタン銀座

んの プチプラトップスの注目ブランド＆ショップ

ーラフリーム…きれいめカジュアがたくさん揃っているよ

イスクラップ…カジュアル通勤にピロテできるものがずらり!

ロポーションボディドレッシング…堅め職場でも大活躍!

みんなのクチコミ!

★シンプルアイテムなのでプチプラが目立たない。（飛鳥さん・25歳）

★通勤用プチプラはエニィ スィスって決めてます。（千夏さん・24歳）

第2位 トップス部門 553／1000人が買いました!

ふんわり無地ブラウス

プチプラ価格 ¥3,990から

トレンド要素を押さえつつ清潔感まで印象づけられるとあって、ひとり2枚以上は常識のよう。

＼クチコミ!／

ディテールで遊びを加えてもきちんとして見えるので、週2、3回は会社に着て行きます♪

埣 智子さん（IT関連会社勤・26歳）

シフォンブラウス¥4,179／イマージュ コレクション（イマージュ）ショートパンツ¥3,990／プーラフリーム ネックレス¥3,150／プロポーション ボディドレッシング 椅子にかけたバッグ¥5,985／ココ ディール 椅子にかけたストール¥3,045／ローリーズファーム（ポイント）中に着たキャミソール／スタイリスト私物

レディな印象のデザインでプチプラも高級オーラを放つ

イマージュ コレクション ¥4,179

hudie.com

慧美网 vimee.net

ドット柄のボウタイ付きなら
おしゃれアップも手間いらず

エニィ スィス バイ
クミキョク スィス
¥3,990

第3位 425/1000人が買いました! トップス部門

1枚サマカットソー

プチプラ価格 ¥2,940から

レイヤード風やビジュー付きなどのコーデいらずの長所が「プチプラ隠しにもなる!」とランクイン。

プロポーションボディドレッシング
¥4,725

ブーラフリーム
¥3,990

↑中にブラウスを重ねたような個性派。¥4,725/プロポーションボディドレッシング

↑キラキラをまとったリボンがベージュに愛らしいリズムを加えます。¥3,990/ブーラフリーム

プロポーション
ボディドレッシング
¥5,985

↑スパンコール付きのショルダーラインが今どき。¥5,985/プロポーションボディドレッシング

ワンアフター
アナザー
ナイスクラップ
¥2,940

↑袖口とスソにティアードフリルをあしらった黒のトップス。¥2,940/ワンアフターアナザー ナイスクラップ

コーデに困ったときの頼れる存在です。カットソー¥3,990/エニィ スィス バイ クミキョク スィス（オンワード樫山）ショートパンツ¥4,095/ディップドロップス（オンワード樫山）ネックレス¥2,940/トランテアン ソン ドゥ モード（ヒロタ）バッグ¥4,830/ナチュラルビューティーベーシック

みんなのクチコミ!

★SM2に可愛いのがいっぱいありました!（美奈さん・26歳）

★1枚で可愛いカットソーはなぜか安く見えないんです。（朝美さん・23歳）

ブーラフリーム
¥3,990

←透け感のあるスモーキーピンク。ラッピングを思わせるリボンに気分が上がる！ ¥3,990/ブーラフリーム

ブーラフリーム
¥4,935

↑ゴールドのドットを全体にあしらったブルー。ゴムのスソが着ぶくれを解消。¥4,935/ブーラフリーム

ジ・エンポリアム
¥3,990

→袖だけでなく身頃も豊かなドレープを描きます。胸もとにはさりげなくリボンが。¥3,990/ジ・エンポリアム

ロペ
ピクニック
¥4,410

←ブラウジングしたようなデザインがおしゃれ。7分丈だから印象も軽やか。¥4,410/ロペピクニック

みんなのクチコミ!

★最近、テチチにはまっているので、テチチをチェックしたい!（花実さん・27歳）

★袖がふんわりしているとプチプラでも高級感があります（亜里抄さん・24歳）

第4位 351/1000人が買いました! トップス部門

ふんわり袖トップス

プチプラ価格 ¥3,990から

愛され度MAXのシルエットはお仕事ガールの必須アイテム。プチプラに見えないのが魅力。

透け感あるチェック模様が
お値段以上の風格を帯びる

ライフ ドルチェ
ラボ
¥5,491

発色のよいディープブルーのブラウスには透け感のあるチェック柄が施され、寒色ながらもフェミニンな印象を与えます。ブラウス¥5,491/ライフ ドルチェ ラボ プランタン銀座 デニム¥4,998/エスピービー（インデックス）ネックレス¥2,940/トランテアン ソン ドゥ モード（ヒロタ）

シャーリングがひと手間かかった
技あり感をプラスする

ロペピクニック
¥2,625

第5位 298/1000人が買いました! トップス部門

ボーダーカットソー

プチプラ価格 ¥1,995から

どんなコーデにも使えるボーダーはプチプラでも優秀アイテムがズラリ勢揃い。

両サイドにシャーリングがあり、ロング丈のボーダーも間延びして見えません。カットソー¥2,625/ロペピクニック スカート¥7,900/ボナジョルナータ（ファイブフォックス）キーモチーフのネックレス¥1,680/ビーアンエンジェル（パサージュ ミニョン）ロングネックレス¥1,890/ナチュラルビューティーベーシック バッグ¥3,990/アフターオール（インデックス）タイツ¥840/靴下屋（タビオ）

ワンアフター
アナザー
ナイスクラップ
¥1,995

←躍動感のあるサテンフリルがボーダーの女度を引き出します。¥1,995/ワンアフターアナザー ナイスクラップ

ローリーズファーム
¥1,995

←カジュアルにもフェミニンにも好相性のライトグレーの細ボーダー。¥1,995/ローリーズファーム（ポイント）

ナチュラル
ビューティー
ベーシック
¥3,590

→胸もとはゴムの切り替えになっていてデコルテがすっきり。¥3,590/ナチュラルビューティーベーシック

ZARA
¥3,990

↑白レースとの（…）な組み合わせ。（…）り替えで奥行きの（…）印象に。¥3,990（…）ラ（ザラ・ジャパ（…）

みんなのクチコミ!

★よく使うアイテムなので、プチプラで揃えています。（涼子さん・24歳）

★ZARAとかの海外プチプラブランドを愛用。（早苗さん・25歳）

蝴蝶网 hudie.com
慧美网 vimee.net

蝴蝶网 hudie.com

みんなのクチコミ!

★けっこう高いので…プチプラで可愛いものを探しました! (由美香さん・25歳)

★今年、大流行中なのでプチプラでもいっぱいありました! (有里さん・27歳)

ガーリーな着こなしが人気!

古月里奈さん(商社勤務・23歳)

プロポーション ボディドレッシング ¥8,400

⇐コンパクトなノーカラータイプはふんわりスカートをあわせたい。¥8,400/プロポーションボディドレッシング

ワンアフター アナザー ナイスクラップ ¥7,245

⇒合皮ながらもソフトな光沢やシワが本物っぽい。¥7,245/ワンアフターアナザー ナイスクラップ

アパート バイ ローリーズ ¥8,295

⇒袖口やスソはリブになっていてハードな印象を和らげます。¥8,295/アパート バイ ローリーズ (ポイント)

ローリーズファーム ¥6,720

⇐ライダースに抵抗があるコもベージュなら挑戦しやすい。¥6,720/ローリーズファーム (ポイント)

ギャミヌリィ ¥7,980

⇒ファー付きでカジュアルコーデをリッチに格上げ。ファーは取り外しができます。¥7,980/ギャミヌリィ

第1位 505/1000人が買いました!
アウター部門

ライダースジャケット

プチプラ価格 ¥6,720から

合皮といっても侮るなかれ! 今季はよりリアルレザーに近い質感のアイテムが大豊作♪

第2位

Aラインコート

プチプラなのに可愛さと体型カバーをかなえるアウター♡

クチコミ!

美人コートといったらプロポーションのものがベスト! 親切プライスでさらにGOOD。

野泰子さん (メーカー勤務・28歳)

プロポーション ボディドレッシング ¥14,490

コート¥14,490/プロポーション ボディドレッシング スカート¥4,998/アフターオール (インデックス) ネックレス¥1,990/ニッセンスタイル (ニッセン) バッグ¥5,229/イマージュ コレクション (イマージュ) ストール¥3,990/ライフ ドルチェ ラボ プランタン銀座 タイツ¥840/靴下屋 (タビオ) ブーツ¥9,900/キャンディッシュ

第1位

ライダースジャケット

まさか4ケタプライスに見えないこっくりとしたブラウン

イマージュ コレクション ¥7,329

ライダースジャケット¥7,329/イマージュ コレクション (イマージュ) ブラウス¥5,900/コムサイズム (ファイブフォックス) スカート (参考商品)/ディア フルーラ ネックレス¥4,830/Style81 (ヴァンドームヤマダ) バッグ¥5,145/ジェネリーク (バサージュ ミニョン) タイツ¥840/靴下屋 (タビオ) ブーツ¥24,150/プロポーションボディドレッシング

クチコミ!

イマージュ コレクションはライダースJKでも女のコらしい雰囲気を崩さないから好き♥

野中優子さん (保険会社勤務・27歳)

第2位 460/1000人が買いました!
アウター部門

Aラインコート

プチプラ価格 ¥8,925から

キュートな形で人気な相をもたらす健在。プチプラなのに美シルエットなアイテムがたくさん♪

薏美网 vimee.net

みんなのクチコミ!

★ナチュビュで安くて可愛いものを発見! (沙織さん・24歳)

★赤の可愛いAラインコートもプチプラだから思いきって買いました! (美津子さん・23歳)

磯部奈央さん (ネイリスト・25歳)

ヴェールダンス ¥14,490

⇐通勤服をブラッシュアップさせるオレンジウール。くるみボタンでクラシカルな雰囲気。¥14,490/ヴェールダンス

アクシーズファム ¥8,925

⇐ジャカード織りのファー付きコートが4ケタで買えちゃう! ¥8,925/アクシーズファム (アイジーエー)

イーハイフン ワールド ギャラリー ¥8,998

⇒バックはセンタープリーツ入りでスマートなシルエットを死守。¥8,998/イーハイフンワールドギャラリー 原宿

ナチュラル ビューティー ベーシック ¥9,240

⇒胸もとに3つ並んだ大きなボタンがレディな着こなしを叶えます。¥9,240/ナチュラルビューティーベーシック

柴やんの注目プチプラ!

アナザー レッド ¥15,540

⇒ウエストシェイプや後ろベルトなど、こだわりの多いデザイン。¥15,540/アナザーレッド (ローズ バッド)

プチプラ良品ランキング
アウター部門

コーデにあわせて使い分けられるようにトレンド&定番の両方をプチプラで買うコが多い結果に!

柴やんの

プチプラアウターの注目ブランド&ショップ

- アクシーズファム…凝ったデザインなのに、プチプラでびっくり
- アパート バイ ローリーズ…大人フェミニンなプチプラカジュアル
- ミッシュ マッシュ…ガーリーOL派の通勤アイテムにおすすめ!

「買ってよかった!」プチプラ良品

蝴蝶网 hudie.com

みんなのクチコミ!

★定番なので、プチプラブランドでもいっぱい見つけられます。(梓さん・24歳)

★プチプラでもフード付きだったりして、安く見えない!(恵里さん・26歳)

高沢奈苗さん(メーカー勤務・25歳)

ミスティック
¥9,975
⬆一見するとベーシックでもWポケットのユニークデザイン。¥9,975/ミスティック(ミスティック 原宿店)

キャミヌリィ
¥5,985
⬅おしゃれ上級者になれるパーカワード付き。取り外せば本格モードに変身。¥5,985/キャミヌリィ

コムサイズム
¥9,800
➡ベージュのコーデュロイ素材で意表を突くのも手。¥9,800/コムサイズム(ファイブフォックス)

アース ミュージック&エコロジー
¥5,995
⬇袖口の裏地はレース。¥5,995/アース ミュージック&エコロジースーパープレミアム ストア 六本木ヒルズ店

ピンク アドベ
¥3,990
⬆ボーダーカットソー付きのジャケットがこの価格! 即・買い決定です。¥3,990/ピンク アドベ

第3位 アウター部門 411/1000人が買いました!

テーラードジャケット

プチプラ価格 ¥3,990から

モード感を演出するだけでなく、通勤にも使える優秀アウターも今季は1万円以下が基本!

クラシカルな品格が女子力まで上げてくれる

コート¥10,993/アース ミュージック&エコロジー スーパープレミアム ストア 六本木ヒルズ店 タートルネックニット¥3,780/プロポーションボディドレッシング スカート¥7,980/ココディール 帽子¥3,990/トランテアン ソン ドゥ モード(ヒロタ) ネックレス(ブレスレット付き)¥2,990/ニッセンスタイル(ニッセン) グローブ¥3,990/レプシィムローリーズファーム(ポイント) バッグ¥6,615/オフザウォール ブーツ¥23,940/ダイアナ(ダイアナ 銀座本店)

普段服がたちまちこなれる計算済みの無造作感♪

ストールで女っぽく。コート¥6,930/ピンク アドベ ニットワンピース¥6,615/ディップ ドロップス(オンワード樫山) デニム¥6,993/アースミュージック&エコロジー スーパープレミアム ストア 六本木ヒルズ店 ストール¥1,290/g.u. バッグ¥5,985/サック パンプス¥5,990/ザラ(ザラ・ジャパン)

カジュアルをランクアップ

ジャケット¥9,996/オゾック Tシャツ¥6,090/JOY RICH(フリーズ マート) ショートパンツ¥5,985/エスピービー(インデックス) バッグ¥4,935/ユニック バー ヴェールダンス ネックレス¥3,990/プロポーションボディドレッシング タイツ¥840/靴下屋(タビオ) ブーティ¥6,720/ナチュラルビューティーベーシック

マジーマルシェ
¥10,290
⬆丸えりを外せばノーカラーに変身。リボンブコーチ付き。¥10,290/マジーマルシェ(ジーエンポリアム)

ローリーズファーム
¥8,295
⬆ブルーのミックスツイードならモダンに着こなせます。¥8,295/ローリーズファーム(ポイント)

vimee.net

第5位 アウター部門 263/1000人が買いました!

ツイードコート

プチプラ価格 ¥8,295から

「ツイードは高い」と思いがちですが、仰天のサプライズ価格も探せばあったんです!

きっちりめOLの御用達プチプラ

ロベピクニック
¥12,600
➡ゴールド糸入りのファンシーツイード。アンティーク風のボタンでイバリ度大。¥12,600/ロベピクニック

ミッシュマッシュ
¥13,440
➡堅すぎないふんわりシルエット。黒シフォンの縁取りもアクセントに。¥13,440/ミッシュ マッシュ

みんなのクチコミ!

★トレンド性が強いので、プチプラで即決!(貴美子さん・26歳)

★会社用に、ミッシュマッシュで買いました。(朝美さん・26歳)

ロベピクニック
¥11,550
⬆張りのあるネイビーでラフすぎません。肌触りのよいボアライナーは取り外し可。¥11,550/ロベピクニック

g.u.
¥3,990
⬆やや光沢のあるベージュ。キルティングのライナーとフード内のボアで暖かさも申し分なし♪ ¥3,990/g.u.

第4位 アウター部門 353/1000人が買いました!

ミリタリーコート

プチプラ価格 ¥3,990から

メンズ風なダボッと感が魅力のミリタリーコート。安可愛で気兼ねなくフル活用しよ♪

みんなココで買いました!

ワンアフターアナザーナイスクラップ
¥9,975
➡スソにギャザーを配して丸みをつけた甘口ミリタリー。¥9,975/ワンアフターアナザー ナイスクラップ

アース ミュージック&エコロジー
¥11,991
➡細身のプレッピー風。¥11,991/アース ミュージック&エコロジー スーパープレミアム ストア 六本木ヒルズ店

みんなのクチコミ!

★素材自体がしっかりしているので、プチプラでも見劣りしません。(マキさん・26歳)

★ロベピクなら可愛げがあってしかも、安い。(沙希さん・25歳)

プチプラ良品ランキング

ワンピース部門

ちょっと前まではプチプラワンピ＝シンプルシルエットだったけれど、いまや素材や柄、デザイン性まで選べちゃう！

第1位 673／1000人 ワンピース部門 が買いました!

ニットワンピース

プチプラ価格 ¥3,990から

あったかくて可愛いニットは冬ワンピで不動の人気。ベルトやマフラー付きまでお目見え!

小物でアレンジしやすいプレーン形は1枚あると便利

ローリーズファーム ¥5,775

ニットワンピース¥5,775／ローリーズファーム（ポイント）中にはいたスカート¥3,990／ピンクアドベ ストール¥3,045／レプシィムローリーズファーム（ポイント）ネックレス¥2,940／ナチュラルビューティーベーシック バッグ¥6,195／ジェネリーク（パサージュ ミニョン） タイツ¥840／靴下屋（タビオ）ブーツ¥24,150／プロポーションボディドレッシング

みんなのクチコミ!

★プチプラカジュアルアイテムは、やっぱりアース♪（裕美さん・27歳）

★ディップドロップスで可愛いニットワンピを買いました。（理沙・27歳）

古月里奈さん（商社勤務・23歳）

みんなのプチプラワンピ、ご自慢ショー!

地ふんわりワンピ

「インデックスで買ったワンピは¥

子さん 金融関連会社勤務・23歳

「2種類の…トのコンビがプチプラに見えないと好評なんです」

…ひろさん（メーカー勤務・27歳）

「…で買ったニットワンピはなんと約¥2,000でした!」

智子さん（IT関連会社勤務・26歳）

柴やんの プチプラワンピの注目ブランド&ショップ

フリーズ マート…フリーズ ショップの可愛さが活きたショップ

ベビクニック…しっかりした作り&デザインなのにお買い得!

アフターオール…ワンピのバリエが豊富に展開されているよ

第3位 431／1000人 ワンピース部門 が買いました!

無地ふんわりワンピース

プチプラ価格 ¥3,450から

「個性が強すぎず週2で着てもバレない」と通勤服の助っ人的な存在が理由。

みんなのクチコミ!

★VISでギャミやプーラのワンピをいつもチェックします。（麻耶さん・25歳）

★プチプラで買って、通勤に使ってます。（ユウさん・27歳）

ーラフリーム

¥5,985

もとのリボンやコクーン甘口デザインですが、ネーなら落ち着いた印象 ¥5,985／プーラフリーム

プーラフリーム

¥5,985

小さなボンボンを付けた生地がキュートさをさらに加速。スパンコールもついています。¥5,985／プーラフリーム

ース ミュージック &エコロジー

¥5,995

形カバーにもなる。¥5,…／アースミュージック&エコロジー スーパープレミアム ストア 六本木ヒルズ店

ハニーズ

¥3,450

黒とネイビーのバイカラー。えりぐりが大きくタートルネックをINしやすい! ¥3,450／ハニーズ

アフターオール ¥5,985

Aラインシルエットをモコモコ…感が可憐に昇華。タックでボリュー…けた袖なので、一枚で着ても華…えます。ワンピース（ベルト付き）…／アフターオール（インデ…レス¥6,900／ボナジョルナー…ブフォックス）バッグ¥4,8…ルビューティーベーシック …／靴下屋（タビオ）

ユニクロ

¥3,990

ざっくりニットも細身ならスマートに着られます。大人っぽいチャコールグレー。¥3,990／ユニクロ

アース ミュージック &エコロジー

¥5,995

ベルト付き。¥5,995／アース ミュージック&エコロジー スーパープレミアム ストア 六本木ヒルズ店

アース ミュージック &エコロジー

¥5,995

スパンコール付き。¥5,995／アース ミュージック&エコロジー スーパープレミアム ストア 六本木ヒルズ店

ワンアフター アナザー ナイスクラップ

¥4,725

女子力が増すたまご型。ファーのネックウォーマー付き。¥4,725／ワンアフターアナザー ナイスクラップ

hudie.com
慧美网 vimee.net

チェックワンピース¥5,995／アース ミュージック&エコロジー スーパープレミアム ストア 六本木ヒルズ店 中に着たタートルネックニット¥4,800／ギャップ原宿 ネックレス¥1,995／バニティ バイ フリーズ（フリーズ マート）バッグ¥3,990／ニッセンスタイル（ニッセン）タイツ¥840／靴下屋（タビオ）

透け感のある軽やか素材のワンピはシーズンレスで使えます。冬はあたたかなファーティペットで季節感のある装いを意識。ワンピース¥3,990／ピンク アドベ ティペット¥4,725／ミッシュ マッシュ ネックレス¥2,415／アフターオール（インデックス）バッグ¥8,295／バディ（ローズ バッド）ブーツ¥21,000／ロペピクニック

第2位 ワンピース部門 553／1000人が買いました!

柄ふんわりワンピース

プチプラ価格 ¥2,990 から

柄、シルエットともに着映え力抜群でハート直撃の愛らしさ☆何枚でも欲しくなります。

ロペピクニック ¥5,985

←ブルー×黒の小花柄ワンピはスリーブ自体がフリルに。ゴムベルト付き。¥5,985／ロペピクニック

ハニーズ ¥2,990

←雪の結晶柄を配したオフホワイトのニットワンピはデートに着たい♥ ¥2,990／ハニーズ

フリーズ マート ¥5,985

→光沢のある小さなドットと花柄が絶妙にマッチ。ピンク花柄。¥5,985／フリーズ マート（フリーズ マート）

みんなココで買ってます!

ローリーズファーム ¥5,145

↑ネイビー地にピンクの花柄が可憐に咲く華やかな1枚。¥5,145／ローリーズファーム（ポイント）

みんなのクチコミ!

★ふんわり感でプチプラをカバーできる気がします（笑）。（直子さん・24歳）

★ハニーズで買ったプチプラワンピをヘビロテ中♥（紗代さん・25歳）

第4位 ワンピース部門 376／1000人が買いました!

ドッキングワンピース

プチプラ価格 ¥4,935 から

上下が別になっているような切り替えワンピもラブコールが!お値段以上の可愛さです。

ワンピース¥4,935／ジ・エンポリアム ファーマフラー¥5,040／ナチュラルビューティーベーシック バッグ¥4,935／サック ブローチ¥1,995／トランテアン ソン ドゥ モード（ヒロタ）バングル（2個セット）¥3,579／イマージュ コレクション（イマージュ）トレンカ¥2,415／靴下屋（タビオ）靴¥14,490／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）

みんなのクチコミ!

★steady.10月号のロペピクのプチプラドッキングワンピが可愛かった!（幸子さん・25歳）

★流行アイテムなので、いろんなプチプラブランドを比較できる♪（まさみさん・25歳）

ジ・エンポリアム ¥4,935

↑しっとりとした天竺素材と黒レースの組み合わせにリボンをトッピング♥ ¥4,935／ジ・エンポリアム

アンレリッシュ ¥5,565

←金ボタンを配した半袖ニットとブロックチェックのプレッピー風なコンビ。¥5,565／アンレリッシュ

フリーズ マート ¥5,985

←白のサテンと黒の織り柄のドッキングはパーティ時にも活躍。¥5,985／フリーズ マート（フリーズ マート）

ディップドロップス ¥5,145

→黒とグレーのモコモコとしたボーダーを黒シフォンでスウィードに。¥5,145／ディップドロップス（オンワード樫山）

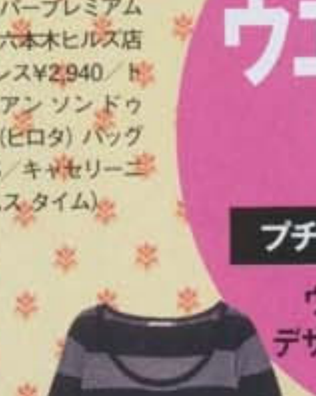
第5位 ワンピース部門 291／1000人が買いました!

ウエストシェイプワンピース

プチプラ価格 ¥2,990 から

ウエストでブラウジングさせたデザインは、「スタイルがよく見える」と選ばれています。

ソフト光沢のネイビー。ワンピース¥4,998、中にはいたスカート¥2,992／ともにアース ミュージック&エコロジー スーパープレミアムストア 六本木ヒルズ店 ネックレス¥2,940／トランテアン ソン ドゥ モード（ヒロタ）バッグ¥6,195／キャセリーニ（ビームス タイム）



オーガニック ¥4,935

↑太めのボーダーでメリハリ感も十分。ウエストはヒモで調整できます。¥4,935／オーガニック（ザンパ）

ニッセンスタイル ¥2,990

←フォクロア調小花柄。上半身は透け感があり柄でも重たくなりません。¥2…／ニッセンスタイル（ニッセン）

柴やんの注目プチプラ!

フリージア バイ フリーズ マート ¥6,930

↑ブルーの小花柄をプリントしたソフトサテン生地。¥6,930／フリージア バイ フリーズ マート（フリーズ マート）

ワンアフターアナザー ナイスクラップ ¥5…45

ラッフルをあしらったブラウスワンピで可愛さをアピールして。¥…／ワンアフターアナザー ナイスクラップ

みんなのクチコミ!

★プチプラなのに、スタ…く見…ところがツボ（笑）。（順子さん・26歳）

★ワザありデザインで高く見えそう。（まなみさん・26歳）

慧美网 vimee.net
蝴蝶网 hudie.com

第2位 ボトム部門 421／1000人が買いました!

ティアードスカート

プチプラ価格 ¥2,490から

可愛い系から大人系まで揃っている
ティアードスカートはプチプラ
でバリエ豊かに揃えたい!

歩くたびに揺れるフリルが

ザラ ¥5.990

プチプラ良品ランキング

ボトム部門

お気に入りボトムは何かとヘビロテしちゃうもの
♥ 使い倒せるプチプラボトムがうれしい♥

みんなの口コミ!

★インデックスのティアードスカートを読者モデルがはいているのを見て買いに行きました!（耀子さん・25歳）

★プチプラブランドでも充実のラインナップ!（愛子さん・24歳）

埣 智子さん（IT関連会社勤務・26歳）

ニッセンスタイル
¥2,490
➡ややタイトな黒のティアードでデキる女を印象づけて。¥2,490／ニッセンスタイル（ニッセン）

イマージュ ルージュ
¥5,229
➡ヒップ下からフリルを配しているから腰はコンパクトなまま。¥5,229／イマージュ ルージュ（イマージュ）

イマージュ コレクション
¥5,229
➡フリルの両サイドにはスリットが施されすっきりフォルムに。¥5,229／イマージュ コレクション（イマージュ）

フリーズ マート
¥4,935
➡チュチュのようにふわっと広がったカットワークレース。¥4,935／フリーズ マート（フリーズ マート）

アース ミュージック&エコロジー
¥3,990
➡異素材使い。¥3,990／アース ミュージック&エコロジー スーパープレミアム ストア 六本木ヒルズ店

柴やんのおすすめプチプラ!

スタイルザンバ
¥5,985
➡アシメトリーなフリルでモードを意識。後はプレーンな形です。¥5,985／スタイルザンバ（ザンバ）

イエロー96
¥6,930
⬆黒の総レースで仕立てたエレガントなスカート。ウエストはゴムになっています。¥6,930／イエロー96原宿店

ティアードはONもOFFも可愛い♥

オフには、タートルニットをインして、華やかに着こなします。

会社にはVニットをあわせていきます。ファーで上品にアクセント。

埣 智子さん（IT関連会社勤務・26歳）

読者の御用達はg.u.!

柴やんの

プチプラニットの注目ブランド&ショップ

ZARA…カジュアルからきれいめまで、いろんなデザインが揃う

フリーズ マート…プチプラなのにボトムの立体感がきれいだよ

イマージュ…通勤に使えそうなスカートがたくさんあるよ

みんなの口コミ!

★安いものでも安く見えないボトムはコレ!（佳世子さん・25歳）

★g.u.のショーパンがほんとに安くて可愛い。（智子さん・25歳）

宇野泰子さん（メーカー勤務・28歳）

ロディスポット
¥3,990
➡トラッドコーデにぴったりのブラウンチェック。ポケットには可愛いミニフリル付き。¥3,990／ロディスポット

ZARA
¥3,990
➡フィット感があるマイクロミニは、ゆったりトップスを合わせてバランスよく。¥3,990／ザラ（ザラ・ジャパン）

ローリーズファーム
¥3,990
⬆優しい光沢を放つスモーキーベージュ。両サイドにベルト付き。¥3,990／ローリーズファーム（ポイント）

ZARA
¥3,990
➡センタープレス入りのグレーウールなら通勤服としても合格!¥3,990／ザラ（ザラ・ジャパン）

ワンアフターアナザー ナイスクラップ
¥3,990
➡見た目も着心地もいいベロア素材。ポケットのタックが女らしい。¥3,990／ワンアフターアナザー ナイスクラップ

イマージュ コレクション
¥5,229
➡黒とベージュのツイード素材。オンオフどちらも使えそう。¥5,229／イマージュ コレクション（イマージュ）

g.u.
¥1,990
➡程よい長さやタック使いが大人向き。2枚買っても¥5,000でお釣りがきちゃうのがすごい!¥1,990／g.u.

ショーパンは着まわし力抜群!

休日は、フリルブラウスと差し色カーデで女子度高く着こなす。

通勤時にはシンプルなVネックニットとあわせて大人っぽく。

平川ちひろさん（メーカー勤務・27歳）

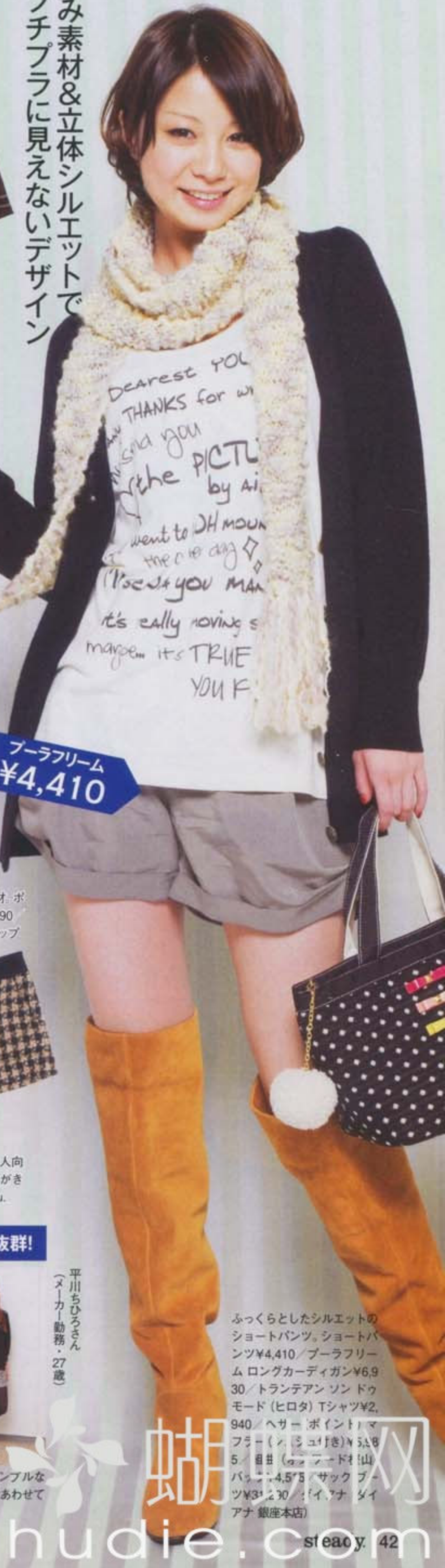
第1位 ボトム部門 683／1000人が買いました!

ショートパンツ

プチプラ価格 ¥1,990から

厚手ニットやニーハイブーツの後押しでショーパンが大人気! プチプラがバレにくいとの意見も殺到。

とろみ素材&立体シルエットで
プチプラに見えないデザイン



プーラフリーム ¥4,410

ふっくらとしたシルエットのショートパンツ。ショートパンツ¥4,410／プーラフリーム ロングカーディガン¥6,930／トランテアン ソン ドゥ モード（ヒロタ）Tシャツ¥2,940／ヘサー（ポイント）マフラー（シュシュ付き）¥5,985／... バッグ¥4,575／サックブーツ¥31,230／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）

アードスカート¥5,990／ザラ（ザラ・ジャパン）...¥4,935／トランテアン ソン ドゥ モード（ヒロタ）...ン付きブラウス¥4,998／...ハイフンワールドギャラリー 原宿 バッグ¥5,250／...ック バー ヴェールダン ...イツ¥2,499／アースミュージック&エコロジー スーパープレミアム ストア 六本木ヒルズ店 靴¥7,245／デアディア（デア ディア 渋谷店）

Vimee.net 慧美网
hudie.com 蝴蝶网

「買ってよかった!」プチプラ良品

第5位 ボトム部門 264／1000人が買いました! プチプラ価格 ¥3,990から
フレアミニスカート

デートやパーティなど、冬のイベントの必需品となりそうなフレアミニ。まだ買ってないコもまずはプチプラで!

第4位 ボトム部門 298／1000人が買いました! プチプラ価格 ¥1,990から
台形ミニスカート

トップスINもワンピとの重ね着にもできる万能シルエットが「意外と使える!」との評価あり!

第3位 ボトム部門 336／1000人が買いました! プチプラ価格 ¥3,990から
膝ふんわりスカート

「どんな人にも受けがいいから」と1人1枚はお約束状態☆合コンや社外での仕事時にはマストなのだとか。

深めのブルーを選べば質がよいアイテムに見える♪

ピンク アドベ ¥3,990

ふっくらとしたバルーンスカートでドレスアップさせて。スカート¥3,990／ピンク アドベ リボン付きニット¥6,930／プーラフリーム 帽子¥5,145／チャオパニック（チャオパニック原宿店）バッグ¥5,250／プロポーションボディドレッシング タイツ¥840／靴下屋（タビオ）ブーツ¥24,150／プロポーションボディドレッシング

ベルトの存在感を引き出すコーデでグッドガールに♪

ニッセンスタイル ¥2,490

スカート¥2,490／ニッセンスタイル（ニッセン）タートルネックニット¥4,200／ナチュラルビューティーベーシック マフラー¥3,990／ナチュラルビューティーベーシック ネックレス¥4,935／エニィ スィス バイ クミキョク スィス（オンワード樫山）バッグ¥6,930／ナチュラルビューティーベーシック タイツ¥840／靴下屋（タビオ）靴¥4,179／イマージュ コレクション（イマージュ）

気品のあるグリーンは白のファーとあわせて脱プチプラ

プーラフリーム ¥4,935

ティアードスソがフレッシュ。スカート¥4,935／プーラフリーム ファージャケット¥3,675／ベンズネック タートルネックニット¥2,900／ビーチ・ジョン バッグ¥6,930／エニィ スィス バイ クミキョク スィス（オンワード樫山）スカーフ¥3,990／ロペピクニックパサージュ ブーツ¥33,390／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）

ジーナシス ¥5,145

⬆タックでスウィートなリズムを加えたシャンパンベージュのスカート。¥5,145／ジーナシス（ポイント）

ローリーズファーム ¥4,935

➡細かなプリーツだからミニ丈でもきちんと感があります。¥4,935／ローリーズファーム（ポイント）

フリーズ マート ¥4,935

⬆後ろに見せジップをあしらったレースプリント。¥4,935／フリーズ マート（フリーズ マート）

デュアル スレッド ¥5,145

➡エレガントなドレープ使いもカットソーからも合わせやすくはける。¥5,145／デュアル スレッド 有楽町マルイ店

ニッセンスタイル ¥2,990

⬆スソに黒のシフォンを重ねたツイードスカート。広がりのある形です。¥2,990／ニッセンスタイル（ニッセン）

ワンアフターアナザー ナイスクラップ ¥3,675

⬆グリーンチェックで王道のガーリーコーデを楽しんで。¥3,675／ワンアフターアナザー ナイスクラップ

ミッシュ マッシュ ¥5,985

➡メタルボタンとリボンがついたラップ風スカートはコーデの主役になりそう。¥5,985／ミッシュ マッシュ

g.u. ¥1,990

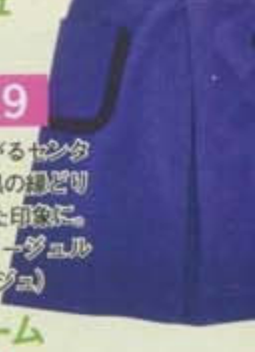
➡大きなプリーツをあしらったグレーのシンプルなデザイン。会社の置きスカートとしても活躍しそう。¥1,990／g.u.

トランテアン ソン ドゥ モード ¥5,985

⬆ゴールドラメを織り込んだニットスカート。¥5,985／トランテアン ソン ドゥ モード（ヒロタ）

ロペピクニック ¥3,990

⬆高級感のあるグレーツイードでコーデの格を上げて。ウエストはリブ切り替え。¥3,990／ロペピクニック



イマージュ ルージュ ¥5,229

➡控えめに広がるセンタープリーツ。黒の縁どりでキリリとした印象に。¥5,229／イマージュルージュ（イマージュ）

プーラフリーム ¥4,935

➡ほのかにピンクがかったベージュ。織りのある生地でニュアンスが生まれます。¥4,935／プーラフリーム

みんなのクチコミ!

★ローリーズファームにデザインが可愛いのがあった。（元子さん・27歳）

★流行のウエストがゴムバンドのものはプチプラで探したい。（幸恵さん・26歳）

磯部奈央さん（ネイリスト・25歳）

みんなのクチコミ!

★g.u.でなんとなく買ったものが役に立っています!（…さん・25歳）

★シンプルなので、…（京香さん・26歳）

古月里奈さん（商社勤務・23歳）

みんなのクチコミ!

★友達がロペピクで買ってて、可愛かった。（真実さん・25歳）

★ミッシュ マッシュのものを通勤に愛用しています♥（理恵さん・26歳）

vimee.net 慧网
蝴蝶网 hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

プチプラ良品ランキング

冬小物部門

ストールやファー、ブーツetc.。冬はおしゃれアップに欠かせない小物が大充実！ プチプラで大人買いするのも楽しみのひとつ♪

※靴のヒールの高さは[H]、バッグのサイズはタテ×ヨコ×マチを[H×W×D]で表します。編集部計測。

第1位 冬小物部門 715／1000人が買いました!

ストール

プチプラ価格 ¥1,995から

黒コーデの差し色やおしゃれアップの即効性が抜群。柄やモチーフものが売れ筋のよう。

ブルー系のチェックストールはゆったりと巻ける大判サイズ。素材はいたって薄手なので重ねても野暮ったくならず使い勝手もばっちり。ストール¥2,520／プーラフリーム ニット（パールネックレス付き）¥9,975／組曲（オンワード樫山）

厚手でゆったりした作りのストール、プチプラなら絶対買い!

プーラフリーム ¥2,520

読モもこんなに愛用!

倉形まなみさん（医療関係勤務・28歳）

シックなトップスでもストール一つでコーデが華やぐので重宝!

池田 舞さん（メーカー勤務・28歳）

視線が上にあがる効果もあるので、スタイルアップも期待できます

ロペピクニック ¥1,995

↓ピンクとプラムのフェミニン配色。端正なチェックで大人可愛い。¥1,995／ロペピクニックパサージュ

ビーチ・ジョン ¥2,900

←リボンのマークが浮かび上がる黒マフラーは、あえてクールなスタイルにあわせるのが可愛い。¥2,900／ピーチ・ジョン

アース ミュージック&エコロジー ¥2,992

→ピンクの花柄でまさに乙女。¥2,992／アース ミュージック&エコロジー スーパープレミアム ストア 六本木ヒルズ店

テチチ ¥3,990

↑ベージュとオフホワイトのドットに包まれて和やかムードが漂います。¥3,990／テチチ（キャン）

第2位 冬小物部門 672／1000人が買いました!

きれいめブーツ

プチプラ価格 ¥3,570から

美脚になれるブーツは何足でも欲しいもの! 通勤にも活躍するからまとめ買いしてもいいかも!

夢展望 ¥3,980

ワンランク上を目指すならグレーカラーに挑戦！ ピンヒールがカッコいい。[H9cm] ¥3,980／夢展望

イマージュ ルージュ ¥8,379

折り返しのスタッズでトレンド感満載。スウェード素材。[H8.5cm] ¥8,379／イマージュルージュ(イマージュ)

セスト ¥5,145

↑女子力アップが期待できるボア付きのブラウンブーツ。暖かさも格別。[H6cm] ¥5,145／セスト（セスト センソ）

セスト ¥3,570

↑ブーツINにもしやすい乗馬ブーツ。低めのヒールで疲れにくい。[H3.5cm] ¥3,570／セスト（セスト センソ）

ムートンブーツ[H2cm] ¥6,930／トランテア ソン ドゥ モード（ヒロタ）ニットコート¥5,985／ディップドロップス（オンワード樫山）チェックシャツ¥6,993／オゾック 中に着たカットソー¥3,990／フリーズ マート（フリーズ マート） ショートパンツ¥5,095／ディップドロップス(オンワード樫山) タイツ¥840／靴下屋(タビオ)

ミニ丈にムートン! この組みあわせは最強です

トランテアン ソン ドゥ モード ¥6,930

第3位 冬小物部門 611／1000人が買いました!

短めブーツ・ブーティ

プチプラ価格 ¥6,195から

今年押さえるべき短め丈ブーツ&ブーティも大台以下のお手頃価格でハッピーに。

ロディスポット ¥7,245

→リボンを可愛くトッピングしたボリューミーな折り返しが細い脚を演出。[H7.5cm] ¥7,245／ロディスポット

デア ディア ¥7,350

→ふわふわとしたリアルファーで足もとがキュートに。[H6.5cm] ¥7,350／デア ディア（デア ディア 渋谷店）

ジェリービーンズ ¥6,195

↑上品な素材感のファー付きブーツはコーデを選ばない秀逸さ。[H7.5 cm] ¥6,195／ジェリービーンズ

ロディスポット ¥6,930

↑スエードタッチのベージュ。リボンでキュッと締まった足首に。[H7.5cm] ¥6,930／ロディスポット

第4位 冬小物部門 532／1000人が買いました!

ムートンブーツ

プチプラ価格 ¥990から

履いているだけで上級者をアピールできるムートンブーツ。人気はいわずもがなです。

アース ミュージック&エコロジー ¥8,998

↑[H7.5cm] ¥8,998／アース ミュージック&エコロジー スーパープレミアム ストア 六本木ヒルズ店

g.u. ¥990

↑軽くて使いやすい黒のショートブーツがランチ代の価格で買えちゃう！ [H2cm] ¥990／g.u.

バニティ バイ フリーズ ¥4,725

↑フロントの折り返しがチャーミング。[H2cm] ¥4,725／バニティ バイ フリーズ（フリーズ マート）

ナチュラル ビューティー ベーシック ¥3,990

←ミルクティーみたいなまろやかな色合いで足もとから女のコ。[H2cm] ¥3,990／ナチュラルビューティーベーシック

柴やんのプチプラニットの注目ブランド&ショップ

フリーズ マート…おしゃれな靴やストールをいっぱい見つけられる

ナチュラルビューティーベーシック…小物のバリエも豊かでお買い得!

デア ディア…オンの靴もオフの靴も幅広く、作りもしっかりしているよ

慧美网
vimee.net

ファーを惜しみなく使えるのも、プチプラだからです♥

ゴージャスなファーは、¥2,000台とは思えないボリューム！ 肌に溶け込むベージュで上品な華やぎを添えて。優しい色だから花柄ワンピにあわせてもくどい印象になりません。ファーティペット¥2,520／プーラフリーム ワンピース¥9,975／トランテアン ソン ドゥ モード（ヒロタ）ネックレス¥2,900／アクセサライズ 原宿店

プーラフリーム ¥2,520

第5位 冬小物部門 461／1000人が買いました!

ファー小物

プチプラ価格 ¥2,415から

無敵の可愛さを誇るファー小物がなんと¥4,000以下で手に入る! 即・買い決定です。

ジェネリーク ¥2,415
➡レオパード柄のイヤーマフ。細いアームでなじみやすい。¥2,415／ジェネリーク（パサージュ ミニョン）

オフザウォール ¥2,625
⬅ふくらみを抑えたファーマフラーならデイリー仕様に最適。飾りボタン付き。¥2,625／オフザウォール

バニティ バイ フリーズ ¥3,150
➡深みのあるパープルがきれいなティペット。つけ外しも楽ちん。¥3,150／バニティ バイ フリーズ（フリーズ マート）

ジェネリーク ¥2,415
⬅膚になりそうなほど繊細なファーのベレー帽。パール付きで淑女風。¥2,415／ジェネリーク（パサージュ ミニョン）

柴やんの注目プチプラ! クリップで自己流デコラを

➡白サテンのリボンの中央にピンクのバラが淑やかに咲くロマンティックなクリップ。¥1,680／コキュ

⬇黒スパンコールで覆ったサテンリボン。控えめな輝きだから普段でも使えそう！ ¥1,995／コキュ

⬅偏光のビッグストーン。ダークカラーの靴ならエレガントに、淡色ならスウィートな雰囲気に。¥1,680／コキュ

第6位 冬小物部門 377／1000人が買いました!

休日パンプス

プチプラ価格 ¥7,245から

グリッターやアニマル柄などの冒険デザインこそ、プチプラでヘビロテしまくるべし。

デア ディア ¥7,245
⬆まばゆい輝きのグリッターは夜遊びする日にぴったり。[H9.5cm] ¥7,245／デア ディア（デア ディア 渋谷店）

アフターオール ¥7,980
➡ドット型押し＆キラキラベルトでグレーをドレスアップ。[H7.5cm] ¥7,980／アフターオール（インデックス）

デア ディア ¥7,245
⬆愛されガールを気取るならダルメアン柄！ [H9.5cm] ¥7,245／デア ディア（デア ディア 渋谷店）

デア ディア ¥7,245
⬆甲にリボンがいたグリーンのェック柄。[H7c ¥7,245／デア ディア（デア ディア 渋谷店）

第7位 冬小物部門 329／1000人が買いました!

シュシュ

プチプラ価格 ¥945から

サテンにニット、ファーとますます充実。イベントが多い冬は買い足し必須!

3 エニィ スィス バイ クミキョク スィス ¥1,050
2 ロペピクニック パサージュ ¥945
1 ピーチ・ジョン ¥1,200
5 ライフ ドルチェ ラボ ¥1,260
4 ユニック バー ヴェールダンス ¥1,260

1.手編みっぽいニットシュシュは冬にこそ愛用したい♪ ¥1,200／ピーチ・ジョン 2.ぼかし花柄で大人仕様。カラフルな配色はシンプルな装いにこそつけたい！ ¥945／ロペピクニック 3.オンオフともに活用できるドット柄。落ち着いたグリーンで知的さまでまとえそう。¥1,050／エニィ スィス バイ クミキョク スィス（オンワード樫山）※限定店舗のみで販売。4.パールで縁取ったリボンモチーフ付き。¥1,260／ユニック バー ヴェールダンス 5.華やかな席にも似合うグレーファー。¥1,260／ライフ ドルチェ ラボ プランタン銀座

読モもシュシュを大活用!

宇野泰子さん（メーカー勤務・28歳）

無造作アレンジも簡単にキマるシュシュは毎日、大活躍です。

1 バニティ バイ フリーズ ¥2,520
2 バニティ バイ フリーズ ¥1,995
3 ビーアン エンジェル ¥1,260
5 アクセサライズ ¥1,450
4 ジャムベリー ¥1,470

1.星とストーンが仲良く並んだフープピアス。横顔にも自信が持てそう！ ¥2,520／バニティ バイ フリーズ（フリーズ マート） 2.パープルのリボンと透かし模様のレディライクな組み合わせ。¥1,995／バニティ バイ フリーズ（フリーズ マート） 3.ゴールドプレートと珊瑚色のビーズが愛らしく揺れ動きます。¥1,260／ビーアンエンジェル 4.白ビーズでつくりあげたボンボンをゴールドのリボンが優しく結んで。¥1,470／ジャムベリー（パサージュ ミニョン） 5.キラキラのストーンで「LOVE」のロゴを装飾♪ ¥1,450／アクセサライズ 原宿店

第10位 冬小物部門 101／1000人が買いました!

ピアス・イヤリング

プチプラ価格 ¥1,260から

「本当にこの値段!?」というくらい繊細さにびっくり☆ まさにプチプラの穴場です。

ハッシュ アッシュ ¥3,990
⬅今年はバッグもムートンで！ 収納力のある三角型。[H23×W44×D12cm] ¥3,990／ハッシュアッシュ

ナチュラルビューティーベーシック ¥2,940
➡レオパード柄のファーバッグ。サイズ感も可愛い。[H18×W23×D14cm] ¥2,940／ナチュラルビューティーベーシック

ニッセンスタイル ¥2,990
➡ローゲージのニットにグレーファーのコサージュ付き。[H20×W27×D8cm] ¥2,990／ニッセンスタイル（ニッセン）

アンラシーネ ¥3,900
➡モコモコとした触り心地がたまらないベージュ系のチェック柄。[H26×W3… D13cm] ¥3,900／アンラシーネ

第8位 冬小物部門 214／1000人が買いました!

もこもこバッグ

プチプラ価格 ¥2,940から

ニットやファーのウォーム素材は心もお財布もあったかくしてくれちゃいます。

アフターオール ¥4,998
➡スタイリッシュにきまるブロンズ。[H30×W40×D13cm] ¥4,998／アフターオール（インデックス）

ハッピーサック ¥4,095
⬆ベリー色は黒コーデにあわせて大人っぽく。[H18×W30×D14cm] ¥4,095／ハッピーサック（サック）

ハッシュ アッシュ ¥3,990
➡チェックツイードとベージュレザーの異素材。[H20×W42×D16cm] ¥3,990／ハッシュアッシュ

ハッピーサック ¥4,095
バッグをむリボン… [H30… 38×D13 cm] ¥4,095／ハッピーサック（サック）

第9位 冬小物部門 198／1000人が買いました!

通勤バッグ

プチプラ価格 ¥3,990から

実用性も大満足な優秀コスパのバッグに注目。冬はベージュや深みのある色が気分。

慧美网 vimee.net
蝴蝶 hudie.com

発見！お買得プチプラアイテム

みんながよく行くショップにもじつはプチプラが潜んでいるんです♪ 友達より早く入手して自慢しちゃお！

〈右〉黒地ならプリントが主張しすぎずGOOD。黒のTシャツ¥4,725、〈左〉「LOVE」のペアルックを着たミッキー&ミニー。細身パンツにも似合うロング丈。白のTシャツ¥4,725／ともにマイティ ファイン（シップス ジェットブルー 新宿店）

おしゃれカジュアルアイテムを
軽に探しに行ける♥」（葉月さん·25歳）

カージュの
ッキーTシャツ

＼クチコミ！／

古着っぽいかすれプリントでおしゃれに見えそう。ジャケットにINして着崩したいですね。

小泉亜紀さん（メーカー勤務·25歳）

「ジルの世界観をお得にゲットできる★」（佳奈子さん·27歳）

ジル バイ ジルスチュアートのニットワンピ

パッと視線をとらえるビビッドなピンクカラーは冬服のマンネリ解消に効果てきめん！1枚でサラッと着てもいいし、スソからスカートを見せれば印象が違って見えそう。ニットワンピース¥5,775／ジル バイ ジルスチュアート 中にはいたスカート（トップスとセット）¥5,985／ブーラフリーム 中に着たキャミソール／スタイリス私物

〈右〉えりぐりや袖口のミニフリルが清楚な印象を与えるヘリンボーン柄。白やパープルのタートルネックニットと相性抜群！¥9,975〈左〉背中はリボンでデコラ。¥9,450／ともにレイ ビームス（ビームス タイム）

蝴蝶网
hudie.com

「レイ ビームスはお得アイテムの宝庫♪」（和奈さん·25歳）

ビームスの
フェミニンワンピ

＼クチコミ！／

品のいい可愛さが手ごろな価格で買えるのがうれしい♪ ワンピを探すときはいつもココ！

倉形まなみさん（医療関係勤務·28歳）

〈右〉ふんわりとした袖やスソに配したシフォンプリーツで女のコらしさをキープ。ボーダーカットソー¥6,930、〈左〉パールのネックレス付きでお得！Tシャツ¥5,985／ともにフリーズ ショップ（フリーズ ショップ）

種類が豊富と友達の間
も人気です」（香織さん·25歳）

フリーズ ショップ
のカットソー

＼クチコミ！／

2枚買っても1万円ちょっとなのでお財布事情が厳しいときでも楽しく買い物できます。

野中優子さん（保険会社勤務·27歳）

〈右〉ひと粒パール付き。ポーチ[H10×W15×D5㎝]¥4,725〈左〉バッグ（黒）[H18×W25×D9㎝]¥9,975、バッグに付けたエッフェル塔のチャーム各¥2,940／すべてアニエスベー ボヤージュ（アニエスベー）

「大好きなバッグブランドにも探せば4ケタバッグが！」（京香さん·26歳）

アニエスベー
ボヤージュの
キラキラバッグ

＼クチコミ！／

キラキラでも個性が強すぎないので、パーティシーン以外でもフルに使えちゃいます。

池田 舞さん（メーカー勤務·28歳）

淡い色合いのレオパード柄はキツい印象にならず着せます。カーディガン¥9,870、〈左〉プリンセス気分になれそうなカラフルなジュエリー柄。背中のスリットで後も可愛い。ニット¥8,820／ともにスナイデル

慧美网
yimee.net

可愛いデザインなのに、
いやすいお値段♪」（真菜さん·28歳）

スナイデルの
ニット

＼クチコミ！／

派手すぎないけど可愛いデザインで「どこで買ったの？」と聞かれることが多いんです。

上野真紀子さん（IT関連会社勤務·28歳）

〈右〉ルーズなシルエットがピンクのミックスニットの愛らしさを加速します。共布のシュシュは単品使いでも可愛い！ニット¥7,980〈左〉胸もとにはキラキラのリボン付き。¥6,930／ともにミニマム ミニマム（ミニマム）

「キュートなデザインがお手ごろプライス♪」（弥生さん·23歳）

ミニマムの
ガーリーニット

＼クチコミ！／

ガーリーなディテールや色であっても基本はシンプルな形ので、幅広く使えるんです♥

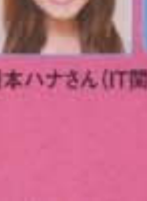
古月里奈さん（商社勤務·23歳）

耳あてやフリンジが付いたワークテイスト。ニット帽¥5,250、レディライクなリボン付き♥ニットグローブ¥6,300、辛口の黒レザーもフリルで華やかにドレスアップ。グローブ¥6,825／すべてレベッカ テイラー（レナウン）

「大好きなガーリーブランドも意外に小物はプチプラ♥」（沙織さん·24歳）

レベッカ テイラー
の冬小物

＼クチコミ！／



小物だけでも十分レベッカの世界を満喫できるんです。ワンポイントの甘さが大人っぽい。

岡本ハナさん（IT関連会社勤務·26歳）

Part 2 いつもの大好きブランド&ショップで

〈右〉黒の分量が多くボーダーがシックな雰囲気に見違えます。¥9,975、〈左〉パープルとグレーの極細のボーダー。えりぐりにラメ&スパンコール付き。¥8,925／ともにシップス（ミュージアム フォー シップス）

「[illegible]れいめカジュアルが[illegible]ズナブルプライス！」（[illegible]子さん・26歳）

シンプル[illegible]ニット

＼クチコミ！／

トレンド性が強くても配色やシルエットにきちんと感があるので本当に使いやすい！

竹田ちなつさん（マスコミ勤務・26歳）

蝴蝶网
hudie.com

「おしゃれなのに手が届きやすいプライスがいっぱい」（真理恵さん・27歳）

ローズ バッドのドッキングワンピ

グレーのカットソーと花柄の切り替えデザイン。ウエスト部分に黒テープをあしらっているので、まるでスカートにINしているかのよう！「ワンピースは変わりばえしない」というコもこれなら満足できるはず。ワンピース¥8,295／ローズ バッド（ローズ バッド）ネックレス¥2,900／アクセサライズ 原宿店 タイツ／スタイリスト私物

〈右〉2個のハート。ネックレス¥3,990／ビービーアール、〈左〉重ねづけに最適。ネックレス¥4,725／ララ&ハート、〈奥〉キラキラのエッフェル塔。ネックレス¥3,990／ビービーアール（すべてビームス タイム）

「ビームスなのに、この値段!? と驚く可愛いプチプラアクセがいっぱい」（耀子さん・26歳）

ビームスのきゃしゃアクセ

＼クチコミ！／

最初は「本当にこの安さ!?」とビックリしたほど。掘り出し物を見つけた気持ちでした♪

平川ちひろさん（メーカー勤務・27

〈右〉スソにフリルをあしらったフレア形。ロンT¥6,300、〈左〉黒地にピンクサテンのリボンでロゴをマーク。筆記体風のテイストがガーリーさを表現します。Tシャツ¥5,250／ともにジル バイ ジルスチュアート

「凝ったデザインのものでも安心価格なんです」（早苗さん・25歳）

ジルバイ ジルスチュアートのTシャツ

＼クチコミ！／

シンプルすぎると安さがにじみ出てそうだけど、甘ロデコラのジルバイのTシャツなら安心。

古月里奈さん（商社勤務・23歳）

〈右〉タックでかたどったリボ…は"いかにも"といった感じに…らず受けがよさそう。ブラウ…¥9,975、〈左〉コーデのメイン…できるサンゴピンク色。スカ…ト¥9,975／ともにルビーリベ…ト（ルビーリベット 有楽町）

「仕立てのよいガーリーブランドでもお買い得アイテムを発見」（千晴さん・26歳）

ルビーリベットのブラウス&スカート

＼クチコミ！／

オンオフどち…にも着まわせ…フェミニンア…テムが充実し…いて本当に助…ります！

三浦 泉さん（ピアニスト・26歳）

〈左〉スタッズでロックテイストにアレンジ。バレエシューズ［H1cm］¥8,925、〈右〉カーリーなピンクファーにときめく♥バッグ［H11×W20×D5cm］¥6,720、バッグに付けたチャーム¥2,730／すべてプラッシュ&ラッシュ

慧美网
vimee.net

「おしゃれな靴やバッグを大量買いしちゃいます」（久美子さん・27歳）

プラッシュ&ラッシュのバッグ&靴

＼クチコミ！／

細部まで凝ったデザインはとてもプチプラと思えません！ 思わずまとめ買いすることも。

埣 智子さん（IT関連会社勤務・26歳）

袖口を丸くカットしたタートルネックニット。手の甲まであるロングスリーブがコーデのキモに。キラキラリボンのネックレスも付いています。各¥8,295／ドーリー ガール バイ アナスイ（オンワード樫山）

「アナスイの魅力が詰まった洋服がお得プライスで買えるブランド」（美玖さん・28歳）

ドーリーガール by アナスイのリブタートル

＼クチコミ！／

定番もので差をつけるのが私流のプチプラ攻略テク。おしゃれの株もグンと上がりますよ。

上村菜津子さん（金融関連会社勤務・23歳）

〈右〉薄手のハイゲージニットがからだにフィットするボーダートップス。アイスクリームのようなカラーが乙女心を刺激☆〈中〉おなじみの花柄トップスにフレア袖が仲間入り。スソには丸いポケット付きで近所に外出するときにも便利。〈左〉肌当たりのいいミックスニットにいやされそう。各¥4,830／すべてジェラート ピケ

「まわりのコも1着以上は持っています♥」（花代さん・27歳）

ジェラートピケのルームウエア

＼クチコミ！／

部屋着だけで…もったいない…どの可愛さ…プレゼントに…るとすごく…れるんです。

宇野泰子さん（メーカー勤務・28

人気コーデをプチプラで作っちゃいまSHOW!

タイリストの柴やんも腕が鳴りました♪

女のコらしくて簡単可愛い steady.の定番人気コーデ
ロングカーデ × 花柄ワンピ

ライダースを甘辛カジュアルに着たい読者のお手本です
ライダースJK × 白ブラウス × デニム

デートに着ていきたい！と読者からラブコール殺到コーデ
ファーマフラー × 白ワンピ × スカート

人気のロングカーデのコーデバリエも高い支持率

---

steady. 2009年11月号 ／コレをまねっこ！／

第1位! steady.の鉄板コーデともいえるロングカーデ＋花柄ワンピが、この号でも人気1位に!

ロングカーディガン	¥2,490
×	
花柄ワンピース	¥3,465
Total	**¥5,955**

ストラップ付きパンプスでスウィートクラシカルに。ロングカーディガン¥2,490／g.u. ワンピース¥3,465／ワンアフターアナザー ナイスクラップ ネックレス¥2,940／ナチュラルビューティーベーシック バッグ¥3,990／ライフ ドルチェ ラボ プランタン銀座 タイツ¥840／靴下屋（タビオ） パンプス¥4,935／アクシーズファム（アイシーエー）

---

steady. 2009年11月号 ／コレをまねっこ！／

第2位! 今年の大人気のライダースジャケット。甘辛な着こなしが読者の共感を呼びました。

ライダースジャケット	¥4,980
×	
白ブラウス	¥3,990
×	
デニム	¥3,990
Total	**¥12,960**

¥5,000以下に見せないレザージャケットの渋い色合いに技あり！ ジャケット¥4,980／夢展望 ブラウス¥3,990／アース ミュージック&エコロジー スーパープレミアム ストア 六本木ヒルズ店 デニム¥3,990／ユニクロ ネックレス¥1,890、バッグ¥5,145／ともにビーアンエンジェル パンプス¥5,990／ザラ（ザラ・ジャパン）

---

steady. 2009年11月号 ／コレをまねっこ！／

第3位! ファー×白ニットワンピのガーリーな着こなしは、女のコらしい！と大評判でした♥

ファーティペット	¥1,980
×	
白ワンピース	¥5,985
×	
スカート	¥2,940
Total	**¥10,905**

他のコとカブることも多いシンプルなニットワンピは、小物のパワーを借りて差をつけるのが正解。ニットワンピース¥5,985／ライフ ドルチェ ラボ プランタン銀座 中にはいたスカート¥2,940／ワンアフターアナザー ナイスクラップ ファーティペット¥1,980／夢展望 バッグ¥4,830／ユニック バー ヴェールダンス ブーツ¥9,900／キャンディッシュ

---

steady. 2009年11月号 ／コレをまねっこ！／

第4位! ロングカーデを使ったコーデバリエも人気を博しました。通勤コーデとしても使えます。

白ブラウス	¥3,990
×	
ロングカーディガン	¥3,465
×	
スカート	¥5,985
Total	**¥13,440**

事服の鉄板コーデ。いつも同じにならないようブラウスやートで変化をつければコーデ上級者の座はいただきです。グカーディガン¥3,465／ワンアフターアナザー ナイスクラ ブラウス¥3,990／ロペピクニック スカート¥5,985／ミッ マッシュ バッグ¥4,830／ユニック バー ヴェールダンス ツ¥4,990／ニッセンスタイル（ニッセン）

vimee.net
hudie.com

2009年秋冬! 全身¥13,444以下! 読者の

このコーデが安く買えたら…。そんな読者の切実な願いに応えるべく、秋冬でとくに支持されたコーデをプチプラでお届け！ 怒涛の8スタイルに

蝴蝶网 hudie.com

steady. 2009年9月号

第3位!

ライダースJKが大人気の今季。steady.流に着こなすならやっぱり甘辛バランスです♥

＼コレをまねっこ!／

ライダースジャケット	¥5,980
×	
カットソー	¥1,995
×	
スカート	¥5,145
Total	**¥13,120**

ジャケットには取り外し可能なスエットフード付き。ライダースジャケット¥5,980／夢展望 トップス¥1,995／アクシーズファム（アイジーエー） スカート¥5,145／ディップドロップス（オンワード樫山） バッグ¥5,775／アンレリッシュ タイツ¥840／靴下屋（タビオ） パンプス¥4,935／アクシーズファム（アイジーエー）

steady. 2009年9月号

第2位!

きっちりしているのにカジュアル可愛い! とお仕事ガールの話題のコーデです。

＼コレをまねっこ!／

ジャケット	¥5,995
×	
カットソー	¥2,400
×	
スカート	¥3,990
Total	**¥12,385**

テーラードジャケット¥5,995／アース ミュージック&エコロジー スーパープレミアム ストア 六本木ヒルズ店 カットソー¥2,400／ピーチ・ジョン スカート¥3,990／ジ・エンポリアム ネックレス¥3,150／プロポーションボディドレッシング バッグ¥4,095／ハッピーサック（サック） タイツ¥840／靴下屋（タビオ） パンプス¥7,245／デア ディア（デア ディア 渋谷店）

steady. 2009年10月号

第2位!

簡単にまねできるのに可愛い! と読者の人気をさらったコーデ。簡単可愛いは王道ルール。

＼コレをまねっこ!／

ストール	¥2,940
×	
紫ニット	¥3,990
×	
スカート	¥2,990
Total	**¥9,920**

3点買っても1万円以下！ パープルロングニット¥3,990／ナチュラルビューティーベーシック スカート¥2,990／g.u. ストール¥2,940／ロペピクニックパサージュ ネックレス¥1,890／ハッシュアッシュ タイツ¥840／靴下屋（タビオ） パンプス¥4,179／イマージュコレクション（イマージュ）

steady. 2009年10月号

第1位!

ワンピの上にテーラードを羽織ったきっちりカジュアルもみんなのツボにはまりました。

ジャケット	¥5,98
×	
ワンピース	¥6,93
Total	**¥12,915**

マニッシュなジャケットを着るときは、お堅い印象にならないように袖をまくって抜け感を加えるのが重要。テーラードジャケット¥5,985／ピンク アドベ ワンピース¥6,930／ロディスポット バッグ¥3,990／アースミュージック&エコロジー スーパープレムアム ストア 六本木ヒルズ店　ブーツ¥11,550／ターオール（インデックス） タイツ¥840／靴下屋（タビオ）

慧美网 vimee.net

プチプラ技見せて!

1000人アンケートを実施した結果、読者のプチプラ技が発覚。読者代表のみんなが検証します！

私たちが検証しました!

高沢奈苗さん（メーカー勤務・25歳）
平川ちひろさん（メーカー勤務・27歳）
古月里奈さん（商社勤務・23歳）
上村菜津子さん（金融関連会社勤務・23歳）
宇野泰子さん（メーカー勤務・28歳）
磯部奈央さん（ネイリスト・25歳）

「"本当に使えるの?"って思ってたけど実際に見に行ったことなかったかも!」

通販は使ったことがないけど、書店にあるカタログを見るとけっこう可愛いかもって思ってしまう。

上村菜津子さん（金融関連会社勤務・23歳）

西友に立寄ったらGeorgeというブランドがあって、おしゃれな雰囲気だったよ。

古月里奈さん（商社勤務・23歳）

平川：しまむらで買い物したことは？
古月：ないけど、テレビで特集されてて、"使えるのかも"って気になってた。
上村：わかる！ 西友に入ったらGeorgeっていうブランドもあって気になった。
平川：知ってる！ あれも使えそう。通販とかは使う？
古月：友達が買い物してて可愛かった。
上村：食わず嫌いしたけど、使えそう！

しまむらでお買い物はしたことがないけれど、よくテレビにも出てるし、気になってたんだよね。

平川ちひろさん（メーカー勤務・27歳）

⬆通販などは利用したことがないという3人。「いいものがあれば使ってみたい！」

まずは…1000人アンケートから意外な事実が浮上!

Q 通販でお買い物しますか?

Q しまむら、西友などを使用しますか?

おしゃれ好きな読者はしまむら、西友や通販も上手く利用している様子!

と、いうわけで、実際に見に行っちゃいました!

George（西友）

問 0120-36-0373 ※掲載商品は完売している場合がございます。

＼読者コメント／

プチプラで可愛いお洋服が見つかるなんて感激。西友に行く楽しみが倍増！（彩さん・24歳）

サイズ展開も豊富なトップスは3ケタ台から！

イギリス生まれの本格ブランドなだけに、女性らしいベーシックなアイテムがたくさん見つかる♪

まさに"衝撃的"なサプライズ価格☆

コレも使える!

⬆透かし編みのニットワンピはフレンチスリーブも可愛い。ワンピ¥3,990

⬅ゴールドのボタンもリッチなアクセントに。ツイードショートパンツ¥2,990

Georgeの福袋をチェック!

⬅元旦から発売。¥4,800の中にアイテム盛りだくさん！

シーンにあわせて選べる充実バリエが嬉しい!（磯部さん）

通勤に!

デートにいいかも♥

ガールズパーティに◎

磯部奈央さん（ネイリスト・25歳）

(右) 切り替えワンピ¥3,990、その他／私物 (中) ピンクフリルニット¥2,990、ツイードショートパンツ¥2,990、フリンジブーツ¥3,990、ベレー帽 参考商品 (左) ベロアワンピース¥3,990、ボーダーニット¥997、メタリックバッグ¥2,900、エナメルTストラップパンプス¥3,990

ファッションセンターしまむら

問 048-652-2111（代表）※掲載商品は完売している場合がございます。

＼読者コメント／

手にするアイテムの値段を見るたび驚き！全身コーデもかないます♪（真実さん・24歳）

➡アウターはもちろん、ワンピやボトム、靴からアクセまで充実の品ぞろえ。どれも超プチプラ！

⬇洋服はもちろん、トレンドブーツもズラリ。

バリエ豊富な品揃えに感激！

トレンドアイテムづくしの全身コーデも1万円以下!（高沢）

コレも使える!

➡ウールのチュニックワンピもなんと¥1,000台というのが素敵！チェックワンピ¥1,870

⬅お部屋でリラックスできるモコモコパーカも、この価格でゲット☆¥1,870

⬆トレンドバッグもたっぷり揃っています。ポンポン付きニットバッグ¥1,470

休日に可愛い!

カジュアルコーデも必見！ファー付きスウェットワンピ¥1,270、ムートンバッグ¥1,470、スエード風ブーツ¥1,470

クリスマスにぴったり♥

高沢奈苗さん（メーカー勤務・25歳）

ファーコート¥1,870、ニットワンピ¥1,470、カチューシャ¥670、パールネックレス各¥490、スタッズバッグ¥2,300、パンプス¥1,870

蝴蝶网 hudie.com
慧美网 vimee.net

特別企画 みんなのプチプラリアル

最近の通販は洋服だけじゃなくカタログも可愛くてホントに使える!（知可子さん・27歳

イマージュ

問0120-988-088

＼読者コメント／
カタログも可愛いくて参考になる着こなしがいっぱいです♥（瞳さん・25歳）

平川ちひろさん
（メーカー勤務・27歳）

←ツイードコート¥10,479／イマージュコレクション（イマージュ）

↑切り替えワンピース¥7,329／イマージュコレクション（イマージュ）

→レザージャケット¥7,329／イマージュコレクション（イマージュ）

"こなれた休日カジュアルも驚きのプライスで大人買い♥"

フード付きテーラードジャケット¥7,329、カットソー¥3,129、ショートパンツ¥4,179／すべてイマージュコレクション、靴¥6,279／イマージュルージュ（すべてイマージュ）

夢展望

問072-761-9339

＼読者コメント／
夏のsteady.のプチプラ特集で見て即お買い物しちゃいました♥（幸代さん・24歳）

宇野泰子さん
（メーカー勤務・28歳）

→冬でも使えるマキシのキャミワンピース。¥2,980／夢展望

↓ノルディック柄が入っているのに¥3,000台なんて、まさにバリューです！ 柄ニット¥3,480／夢展望

→甘辛ミックスに欠かせないカーキコートもお手ごろ価格！ ¥4,580／夢展望

"休日にぴったりのボーダーワンピ、オフコーデがプチプラなんてうれしい！"

柄ボーダーワンピース¥2,980、バッグ¥4,980／ともに夢展望　レンカ、靴／スタイリスト私物

ピーチ・ジョン

問0120-066-107

＼読者コメント／
下着だけじゃなくて洋服も小物も可愛くて本当に使えます！（沙良さん・27歳）

古月里奈さん
（商社勤務・23歳）

←アレンジ次第で着まわしできるブルーワンピース ¥3,200／ピーチ・ジョン

→コーデのアクセントにしたいたまし絵風の赤バッグ¥3,400／ピーチ・ジョン

↑オフの日に活躍しそうなボーダーカットソー¥3,200／ピーチ・ジョン

"オン・オフに着まわしできるこのワンピ、本当に使えそう！"

チェックワンピ¥4,600、靴¥3,900／ともにピーチ・ジョン

ニッセン

問0120-20-2000

＼読者コメント／
きっちり服ばっかりかと思ったらカジュアルな服もいっぱいあります！（春美さん・26歳）

上村菜津子さん
（金融関連会社勤務・23歳）

→通勤にも使えそうなチェック柄ワンピース¥3,990／ニッセン スタイル（ニッセン）

↓チェックコート¥5,990／ニッセンスタイル（ニッセン）

↑フード付きのテーラード ジャケット。¥4,990／ニッセンスタイル（ニッセン）

"ガーリーなプレッピーカジュアルもプチプラなら思いのまま♥"

ベージュニットカーデ¥2,990、チェックスカート¥1,990、ブーツ¥4,990／すべてニッセンスタイル（ニッセン）

お試し隊のファイナルジャッジは?

（ネイリスト・25歳）
「ベーシックからデザインものまで揃ってるGeorgeは、本当に使えます♥」

高　苗さん（メーカー勤務・25歳）
「アイテム数が豊富で、コーデごと大人買いできるところもすごかったです。」

平川ちひろさん（メーカー勤務・27歳）
「HPを見たら、他にも使えそうなアイテムがいっぱい！ 家でも見てみる予定（笑）」

古月里奈さん（商社勤務・23歳）
「試着したチェックのワンピも可愛くて、通販への抵抗はなくなりました！」

上村菜津子さん（金融関連会社勤務・23歳）
「着てみて可愛かったし、読者の方が使ってるって知って今後利用しようと思います！」

宇野泰子さん（メーカー勤務・28歳）
「通販で買い物したことがなかったけれど、「これならアリ！」って思いました！」

慧美网 vimee.net 蝴蝶网 hudie.com

蝴蝶网

Part1 360度愛されるイベントだらけの1カ月コーデ

イベント盛りたくさんの1カ月コーデは、恋もおしゃれもお仕事も手を抜けない！好感ポイントをつかんで成功させて。

Part2 華ありイベント別好感ヘアメイク！

イベントに合わせてヘアメイクもチェンジするのがおしゃれ OL の鉄則！ポイントをつかむだけでますます好感度がアップする裏ワザを伝授します。

私たちが答えました♥

三浦 泉さん（ピアニスト26歳）
宇野泰子さん（メーカー勤務28歳）
野中優子さん（保険会社勤務27歳）
平川ちひろさん（メーカー勤務27歳）
倉形まなみさん（医療関連勤務27歳）
鷹野詩歩里さん（メーカー勤務23歳）
高橋 勲さん（金融関係勤務25歳）
井坂 智さん（印刷会社勤務26歳）
岩崎慎一郎さん（商社勤務25歳）
後藤大太郎さん（インテリア関連会社勤務34歳）

12/7 mon.

今年もいよいよ残りわずか！冬コートの下にお気に入りワンピを忍ばせて仕事もペースアップ

みっこOL

Profole

外資系自動車メーカーで広報を担当する入社3年目の25歳。会社の窓口という仕事柄、常に好感度アップを視野に入れた華やかな着こなしがルール。仕事もおしゃれもさらにプライベートも、まんべんなく楽しむ天真爛漫なタイプで、同僚や友達からも人気者のパワフルガール。彼氏がいない歴6カ月で、ラブイベントが多くなる年末に向けて、そろそろ新しいダーリンが欲しいとひそかに願っている今日この頃。2010年の幕開けはいかに!?

年末に向けて仕事もプライベートも大忙し。ハイペースで乗り切るためには、気合いが入るおしゃれなコーデも肝心！コートを脱いだときも注目度の高い花柄ワンピが大活躍。チェーンネックレス¥39,900／ピーアムアールウィッシュ(ユナイト)

vmee.net

デ&華ありヘアメイク

蝴蝶网
hudie.com

6つの好感アイテム

フェミニンブラウス

好感ポイント
光沢のあるエレガントな素材とさりげない華やかさが、先輩OLからも好印象をキープ!

ドットに重なった立体的なフリルが上品アクセント。フリルブラウス¥14,700／ルル・ウィルビー(アルアバイル)

冬素材ショートパンツ

足をスラリと見せるミニマムなパンツは、両サイドのポケットにリボン付き。ショートパンツ¥8,400／エフデ(フランドル)

好感ポイント
人気のショートパンツも、冬は大人めに見せる素材やシルエットが、みんなのお手本に。

ふんわりスカート

上品な2段ティアードと後ろのリボンが可愛さ発揮! ティアードスカート¥12,600／ユニバーバルミューズ(シュガー・マトリックス)

好感ポイント
タック入りのふんわりシルエットが、男のコが好きな女のコらしいオーラパーフェクト!

切り替えワンピース

好感ポイント
トレンドを意識した切り替えワンピなら、同僚や女友達からの注目度も確実にアップ★

ハイウエストの切り替えで美スタイルも意識。切り替えチェックワンピース¥69,300／デバスティ(ルビーリベット 有楽町)

かっちりジャケット

好感ポイント
パフスリーブでレディな印象のテーラードは、きちんと感もあって上司からも好感!

バックについたフリルと裏地のピンクがチャーミング。黒テーラードジャケット¥16,800／ミニマム ミニマム(ミニマム)

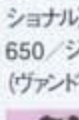
白ニットワンピース

ウエストをきゅっと絞ったスリムなシルエットで着膨れの心配ナシ! ニットワンピース18,900／ルル・ウィルビー(アルアバイル)

12/8 tue.

とっておきのイベントで活躍するみっこの今月のワードローブはこちら!

お待ちかねのイベントもおしゃれに自信を持てる、みっこのワードローブを発表します。リボンカチューシャ¥8,400／コレットマルーフ(ギャップインターナショナル) ネックレス¥13,650／ジル スチュアート(ヴァンドームヤマダ)



基本アイテム

カラーニット
ビビッドなマスタードイエローが、冬の差し色にジャスト。七分袖ニット¥2,940／ロベピクニック

花柄ワンピ
春を先取る華やかプリントがイベントでも主役級。ワンピース¥4,725／ギャミヌリィ

ニットカーデとタートルのセット
ネイビーカラーのロングニットカーディガン(半袖タートルニットセット) 参考商品／イネド(フランドル)

ノーカラージャケット
リボンブローチがアクセント。ツイードジャケット¥48,300／アナトリエ×ルルロジェッタ(アナトリエ神南)

ファー付きコート
ファーえりは取り外し可能。グレーロングコート¥39,900／組曲(オンワード樫山)

プリントストール
春まで活躍する花柄ストール¥2,940／ナチュラルビューティーベーシック

カラーストール
着こなしがぱっと華やぐカラーがイベントに最適。ストール¥6,195／インディヴィ

デニムパンツ
ストレッチ入りのスキニーシルエットで美脚に。デニムパンツ¥3,990／ロペピクニック

ショルダーバッグ
お仕事の荷物もたっぷり入るボストン型。バッグ¥11,550／組曲(オンワード樫山)

プリントスカート
細かいプリーツ仕立て。花柄スカート¥10,290／ディグレース(ビー・エックス)

ボーダーニット
使いやすいボーダーニット¥3,990／アース ミュージック&エコロジー(アース ミュージック&エコロジー新宿)

2WAYバッグ
トート&ショルダーの2WAYで使えるのが優秀。ボストンバッグ¥23,625／サザビー

チェーンバッグ
小脇に抱えられるミニマムサイズ。パテントショルダーバッグ¥18,900／サザビー

ロングブーツ
細身タイプで美脚をお約束。ブーツ¥29,925／ダイアナ(ダイアナ銀座本店)

リボン付きパンプス
エナメルリボンパンプス¥15,540／ストロベリーフィールズ(シュガー・マトリックス)

ベルト
太ゴムベルト¥4,750／ジル バイ ジルスチュアート セレクト(ジル バイ ジルスチュアート)

パンプス
黒のパンプスもラメ入りならドレスアップ。グリッターパンプス¥4,900／ザジ

ファーティペット
華やかなファーティペット¥8,400／クリア インプレッション(フランドル)

好感調査付き♥ イベントもりもり1カ月コー

年末年始といえば、クリスマスからカウントダウン、新年会まで、お楽
づくしなイベントラッシュ! 好感度の高い華やかなファッションやヘア
が譲れない、勝負のシーズンをおしゃれに乗り切る1カ月コーデを大発

mee.net

撮影／［人物］清水尚子、［静物］青木和也(REV.INC) スタイリング／谷内 瞳 ヘア&メイク／大島清子(ロライマ) モデル／矢野未希子 撮影協力／ZACC mignon、フィアットカフェ ※掲載商品のお問い合わせ先はP.158にあります。

彼&
合コンウケ
好感コーデ

冬素材で恋を引き寄せる ふわふわニットでLOVE支持率アップ

男のコウケを狙うなら、恋のキューピッドになってくれそうなふんわり素材がマスト！ 白をメインとした明るいカラーを主役にすれば、LOVE 運もぐっとアップ !?

12/9 wed.

福岡支社から異動してきた中村くん。爽やかな笑顔であいさつされてちょっぴりドキッ♥

モノトーンのシンプルな着こなしも、小物で色を取り入れているところがおしゃれですね。女のコがストールをつけているのは好ポイント。

後藤大太郎さん（インテリア関連会社勤務34歳）

仕事帰りに予定のある日は、ジャケット着用のときもワンピなどの女のコらしいアイテムを投入するのがルール。冬でも色は明るめに。

宇野泰子さん（メーカー勤務28歳）

先輩OLに聞きました！

こういうコーデが好感触

冬はふわふわとした女のコらしい素材のニットが好感ポイントという男のコ多し。普段スーツの男のコたちにとって、優しい雰囲気のアイテムは、最高に癒されるのだとか。白やパステルなど淡いカラーが断然人気！

今年からの新プロジェクトの戦力として、福岡支社から異動してきた中村くん。突然現れた年下のイケメンくんに思わずドキドキ。これって運命のいたずらなの？ オフィスではニットワンピもジャケットで知的に。チェーンネックレス¥7,140／セブンアイディーコンセプト（フランドル）

俳優の中村 蒼さんが steady.初登場♥

なかむらあおい●91年3月4日福岡県生まれ。第18回「ジュノン・スーパーボーイ・コンテスト」にてグランプリを受賞。2006年に舞台「田園に死す」でデビュー。DVD「Holiday」の発売を記念して、12月13日にHMV渋谷店にてイベントを開催。また、1月スタートのテレビ朝日ドラマ「エンゼルバンク～転職代理人」（毎週木曜21時スタート）に出演予定。その他情報は（http://www.lespros.co.jp）をチェック！

グレーのスーツ¥29,400、ストライプシャツ¥3,990、ネクタイ¥2,940、手に持ったコート¥19,950、バッグ¥10,290、靴¥20,790／すべてザ・スーツカンパニー新宿東口店

12/10 thu.

朝イチに会議がある日はお気に入りのコーヒーを買って余裕を持って出勤

会議を控えた朝は、誰よりも早くデスクについて、デキる女を演じちゃお。早めに出勤したら、中村くんがもう出勤してた！ 意外と努力家なんだ〜とちょっぴり感心。チェーンネックレス¥3,150／エロディ ネルソン（フランドル）タイツ¥1,050／17℃（17℃バイ ブロンドール ルミネ北千住店）

合コン用の好感ヘアメイクレッスンはP64へGO!

12/11 fri.

やっぱりクリスマスまでに彼氏が欲しいかも♥ 今日は勝負の合コンデー

街中もクリスマスカ
にあふれる季節って
だか人恋しくなるん
ね。彼氏候補がいる
を期待して、今日は
系白ワンピで合コン
戦！ クロスネック
¥5,985／組曲（
ワード樫山）タイ
1,050／17℃（17℃
イ ブロンドール ル
北千住店）

12/12 sat.

昨日合コンで知り合ったレイジくんからさっそくお誘いメールもらっちゃった！

昨日の合コンで知り合ったIT関連会社に勤めるレイジくん。ノリもよくて、いい人そうだったら、連絡先を交換しちゃった。昨日は楽しかったね、ってさっそくメールが♪ 親友の美保に報告しちゃお〜。

好感ポイントはココ！

冬でも暗い色に頼りすぎないのがポイント。表情も明るくきれいに見えるんです。

12/13 sun.

イベントシーズンにも似合いそうな花柄ドレスを主役にしてヘアサロンで女っぷりを上昇

年末のイベントを見越して、ヘアサロンで女っぷりを磨きます。恋にも利きそうな花柄ドレスを着て、可愛い私をシミュレーション♥ パールネックレス¥12,600／アンテプリマ（アンテプリマ 新宿髙島屋店）

好感ポイントはココ！

冬でも、花柄ワンピースは大本命。色や柄など明るく華やかな雰囲気が好印象ですね。ベルト使いもスタイルが良く見えます。

岩崎慎一郎さん（商社勤務25歳）

12/14 mon.

来週開催のクリスマスイベントをなんと中村くんがサポートしてくれることになってワクワク♪

新車のお披露目も兼ねて開催されるクリスマスイベントに、急きょ中村くんがサポートとして参加することに。美人オーラたっぷりの白ワンピで今日はほんのり先輩ぶってみたよ。チェーンネックレス¥4,935／エニィ スィス バイ クミキョク スィス（オンワード樫山）タイツ¥1,050／17℃（17℃バイ ブロンドール ルミネ北千住店）

好感ポイントはココ！

冬に映える白を着ている女のコは、可愛さも倍増！ 初対面で出会ったときも、なんとなく意識してしまいます。巻き髪もポイントアップ。

井坂 智さん（印刷会社勤務26歳）

慧美网 vimee.net
蝴蝶网 hude.com

上司&
先輩ウケ
好感コーデ

上品さのあるかっちりジャケットで オフィスでの好感ゲット

仕事でも大事なシーンが多くなる年末だから、上司や先輩からも好感度の高い上品ジャケットの着こなしをしっかりマスター☆

12/15 tue.

週末に控えたイベントに向けて仕事モードも本領発揮！ジャケットでキリリと気合いを

ガーリーな花柄スカートも知的に見せてくれるジャケットを羽織って、週末のイベントにお招きするゲストに配る資料作り。時間を忘れてパソコンとにらめっこしていたら、気付いたら中村くんとオフィスに二人っきり。ピンクダイアリー¥2,625／アフタヌーンティー・リビング

先輩OLに聞きました！

こういうコーデが好感触

知的なジャケットや清潔感のあるブラウスをオフィスで着ている女のコは、マナーがきちんとあって可愛がりたくなる、と先輩からも好評価。ト…ドをしっかり押さえつつ、派手にならな…着こなしがベスト…

好感ポイントはココ！

かっちり感のあるベーシックなジャケットはやっぱり好感度大。職場ではきちんと清潔感のある着こなしを心がけるべきですね。

平川ちひろさん（メーカー勤務27歳）

ジャケット着用のシーンでも、どこかに可愛らしさがあるとさらにポイントアップ。営業に行く際も後輩として連れていきたくなります。

高橋 勲さん（金融関係勤務25歳）

蝴蝶网 hudie.com

12/16 wed.

仲良くなった中村くんは仕事でもナイスなパートナーに

昨日は仕事が終わったあとに中村くんとラーメンを食べに行っちゃった！ 仕事もまじめで気取った感じのしない彼は社内でも好印象。付き合う女のコにも優しいんだろうな〜って勝手に想像中。残業覚悟の出勤は、カジュアルデニムをジャケットできれいめに格上げ。

12/17 thu.

残業続きでヘトヘト。中村君からの差し入れにちょっぴり胸キュン！

好感ポイントはココ！

女のコらしく着られるショート丈のノーカラージャケットは、オフィスにマストです★

野中優子さん（保険会社勤務27歳）

12/18 fri.

忙しいイベント前日は、ランチタイムも返上なので、お弁当を持参。

あれれ、隣りの席の中村くんもお弁当食べてる！「これ、自分で作ったんすよ」とはにかむ笑顔は、まさ…流行りのお弁当王子♥ …ネックレス¥9,450／…ヴァンドーム（…ヴァンドーム 池袋西武本店）ランチボックス¥1,155／アフタヌーンティー・リビング

好感ポイントはココ！

カジュアルなショートパンツは、鮮やかな小物使いでレディを上昇するのがルール。

三浦 泉さん（ピアニスト26歳）

12/19 sat.

ついにイベント当日。はりきる私をよそにあちゃ〜失敗しちゃった！

イベント当日は、デキる女と可愛さを欲張ったジャケット×ワンピコーデが本命。なんと書類にミスを発見！パールネックレス¥10,500／ジル スチュアート（ヴァンドームヤマダ）タイツ¥1,050／17℃（17℃ バイ ブロンドール ルミネ北千住店）

imee.net

蝴蝶网 hudie.com

友達&同期ウケ好感コーデ

冬素材ショートパンツでカジュアルミックス

冬でもアクティブなおしゃれが実現するショートボトムスは、めいっぱいはしゃぎたいシーズンに活躍必至です！

12/22 tue.

急接近中の中村くんからなんと突然クリスマスのお誘いメールが！

昨日はほろ酔い気分の私を中村くんが家までタクシーで送ってくれたの。「後輩ですから」と、あえて年下ぶるところがちょっと可愛いんだな（笑）。今日は外回りでオフィスにいない中村くんからメールが。え？ クリスマスにご飯に行かないかって?? ネックレス¥5,775／ストロベリーフィールズ（シュガー・マトリックス）タイツ¥1,050／17℃（17℃バイ ブロンドール ルミネ北千住店）

好感ポイントはココ！

お仕事ジャケットも、ショーパンやボーダートップスでアレンジすれば、親近感がアップ！ 同期の女のコからの注目度も抜群。

宇野泰子さん（メーカー勤務28歳）

12/20 sun.

美保とひさびさにお買い物♪ 次から次へと飛び出すエンドレストークに夢中！

先週の合コン報告……最近ちょこっと気になる存在の中村くんのことまで、話したいことが盛りだくさん！ ウワサをすれば、合コンで仲良くなったレイジくんから、クリスマスデートのお誘いメールが来た！ ネックレス¥7,350／プラス ヴァンドーム（プラス ヴァンドーム 池袋西武本店）ティーカップセット¥735／アフタヌーンティー・リビング

好感ポイントはココ！

女のコと出かけるときは、カジュアルなショーパンもキュートなアレンジを忘れずに。今年はリボンがアクセントにぴったりです。

倉形まなみさん（医療関連勤務27歳）

12/23 wed.

今日はクリスマスイブ 明日の本命デートは誰と過ごそうかな♥

中村くんとレイジくん、二人にクリスマスのお誘いを受けちゃった！ 今日は早めに帰宅して答えを出さないと。ネックレス¥18,900／アンテプリマ（アンテプリマ 新宿高島屋店）タイツ¥1,050／17℃（17℃ バイ ブロンドール ルミネ北千住店）ダイアリー¥2,625、花柄ダイアリー¥2,310／ともにアフタヌーンティー・リビング

好感ポイントはココ！

エレガントなブラウスをプラスすれば、カジュアルなボトムスも、デイリーにドレスアップ。これなら女ウケも男ウケもばっちり！

平川ちひろさん（メーカー勤務27歳）

女のコに聞きました！

こういうコーデが好感触

女のコらしい着こなしは大事だけど、あまりにブリブリしすぎてるのは絶対NGというのが同性からの意見。適度に可愛さを取り入れつつ、ヘルシーな雰囲気に見せるカジュアルミックスコーデが女心をつかむ模様。

12/21 mon.

無事に終わったイベントの打ち上げも兼ねて今日は会社の大忘年会☆

忘年会用の好感ヘアメイクレッスンはP65へGO!

中村くんのナイスなフォローもあって、週末のイベントも無事終了。今日はピンクのミニボトムスで同僚ウケを狙って、打ち上げを兼ねた忘年会に出席。二次会のカラオケでは率先して、「私、歌いまーす♪」。ネックレス¥7,770／プラス ヴァンドーム（プラス ヴァンドーム 池袋西武本店）

慧美网 vimee.net

…から返事はしていないも
の、もし…ら近い
未来の彼氏になるか
もしれない中村くんに
初めて顔を合わせる…
張。デスクにつく前に
ついでにやけがちな顔を
チェック。会社では年上
らしくシャンとしないと！

蝴蝶网 fudie.com

12/25 fri.

昨日のドキドキが冷めやらないまま出勤。なんだか顔がにやけちゃう！

…ーティ用の …ヘアメイク …ッスンは …へGO!

12/26 sat.

美保が主催するガールズパーティへ。え？ 幸せそうって!?

仲良しの女のコ同士でクリスマスパーティを開催。アップヘアでいつもよりゴージャスに。美保からなんだか幸せそうじゃない？ って突っ込みが入っちゃった！ カチューシャ¥15,750／コレットマルーフ（ギャップインターナショナル）

12/27 sun.

お正月は家族でおせち。早めに買い出しするためママとショッピング

お正月は家族でおせち、が恒例なので、早めに買い物を済ませるためにママとお出かけ。「ねーねーどう思う？」とさっそく中村くんの話題に。恋愛の最終的な相談相手はいつもママなの。二連ネックレス¥4,935／エニィスィス クミキョク スィス（オンワード樫山）

好感ポイントはココ！

黒なのに地味に見せない着こなしは、女のコらしくて好感度も上がりますね。

岩崎慎一郎さん（商社勤務25歳）

慧美网 vimee.net

彼&男のコウケ好感コーデ

主役級ふんわりスカートをフル活用のモテWEEK

大事なイベントがてんこ盛りのクリスマスウィークは、華やかさも女のコらしさも主役級のふんわりスカートで、モテ度をとびきり倍増させて♥

好感ポイントはココ！

イベントのあるデートのときは、いつもとちがう雰囲気を期待しちゃいます。洋服だけでなく髪やメイクがちがうと、おっと思います。

井坂 智さん（印刷会社勤務26歳）

せっかくのクリスマスデートは、女のコらしさたっぷりの小物使いで特別感を。リッチな素材のアイテムで清楚な表情もキープ。

野中優子さん（保険会社勤務27歳）

12/24 thu.

聖夜（イブ）のクリスマスデートは白馬に乗った王子さまを連想させる中村くんとお出かけ♥

クリスマスデート用の好感ヘアメイクレッスンはP62へGO!

男のコに聞きました！

こういうコーデが好感触

クリスマスのデートは、女のコのファッションにいつも以上に期待しちゃうというのが男のコたちの本音。上品さを残しながらも大人可愛いスカートやワンピを取り入れたスタイルが、男のコのハートをゲットするみたい！

グレーのスーツ¥29,400、ストライプシャツ¥3,990、ネクタイ¥2,940、バッグ¥10,290、靴¥20,790／すべてザ・スーツカンパニー新宿東口店

迷った末、クリスマスイブのデートは中村くんのお誘いに応えることに。せっかくのクリスマスだから、いつもよりスペシャル感の増す華やかな小物やヘアでドレスアップ。レストランでディナーを楽しんだ帰り道、「僕と付き合ってほしい」って告白されちゃった！ カチューシャ¥15,750／グリン（ラ・グラン アクアガール青山）

友達&同期ウケ好感コーデ トレンドの切り替えワンピでおしゃれ度急上昇!

着こなしの幅も広がる切り替えワンピなら、イベントが続く年末年始もおしゃれに過ごせることをお約束。カジュアルからきれいめまで、シーンに合わせて活用して。

12/30 wed.

大学時代の仲間と同窓会。年下の彼と結婚した女友達の新婚生活に興味深々(笑)

久ぶりの友達と再会するときは、白のニットワンピで清楚な表情を意識。中村くんには今年中にちゃんと返事しなきゃ。ネックレス¥1,995/ロベピクニックパサージュ シュシュ¥10,290/ラドロー(アクアガール新宿) ワイングラス¥1,995/アフタヌーンティー・リビング

好感ポイントはココ!

同窓会など、ひさびさの女友達に会うときは、今一番お気に入りのワンピをお披露目するのが鉄則♥ 小物もトレンド感あるものを。

三浦 泉さん(ピアニスト26歳)

12/29 tue.

会社の同僚たちと1年お疲れさま会として鍋パーティ★

先輩のおうちで鍋パーティ。もちろん中村くんも参加するから、今日はちょっぴり家庭的な一面を見せちゃお♪ ネックレス¥2,940/Juze(VIS) レギンス¥1,680/17℃(17℃バイ ブロンドール ルミネ北千住店) ふたつき鍋¥4,200、ミトン¥1,470/ともにアフタヌーンティー・リビング

12/28 mon.

仕事おさめの日は会社の大掃除。ふぅ~やっと片付いた!!

明日からのお休み前に、社員全員で会社の大掃除を実施。今日は動きやすいデニムスタイルで、効率を上げちゃいます。いつもスーツな中村くん、カジュアルな格好もなかなか似合ってる! ネックレス¥18,900/ジル スチュアート(ヴァンドームヤマダ) グローブ¥2,520/コクーニスト

女のコに聞きました!

こういうコーデが好感触

同世代の女のコウケを狙うなら、トレンドをめいっぱい取り入れたワンピが注目度高め。なかでも切り替えワンピは、スタイルもよく見えて、着回しバリエも豊富! と女のコからの褒められ率も確実にアップします♪

12/31 thu.

2010年を迎えるカウントダウンは中村くんと一緒に過ごすことに。よーし、今日日ちゃんと返事をするぞ!

1週間いろいろ考えてみたけれど、やっぱり私も中村くんのことが好き! 2010年がスタートする前に、この気持ちをちゃんと彼に伝えよう。チェックのワンピはビビッドなストールでガーリーにアレンジして待ち合わせ。大晦日が私たちの記念日だね♥ タイツ/スタイリスト私物

好感ポイントはココ!

モノトーンでまとめたコーデも、チェックや鮮やかカラーの小物を合わせれば、女のコらしく見えます。同年代にも好感!

平川ちひろさん(メーカー勤務27歳)

1/2 sat.

地元の友達と新年会。おしゃれを意識したコーデでホメ言葉を期待!

1/1 fri.

あけましておめでとうございます!! 今日は家族で初詣でハ

2009年は、ラストデーに彼氏ができちゃった~!! 今年はもっといいことありますように、なーんてお願いしたらバチが当たるかな。コートの下に華やかなプリントスカートをレイヤード。ネックレス¥6,825/ストロベリーフィールズ(シュガー・マトリックス)

好感ポイントはココ!

定番ワンピは、ジャケットなどでセットアップ風に着こなせば新鮮な表情で着回せます。

倉形まなみさん(医療関連勤務27歳)

慧美网 vimee.net 蝴蝶网 hudie.com

上司&先輩ウケ好感コーデ

仕事始めのオフィスでは華やぎブラウスできちんと感を演出

新しい年を迎えたときは、気持ちもおしゃれもフレッシュに。
華やぎ感あふれるトップスを取り入れれば、オフィスでの好感も高まります。

1/6 wed.

華やかさ2割増しの花柄ストールをプラスして仕事始めのあいさつ回りへ

仕事始めの好感ヘアメイクレッスンはP66へGO!

好感ポイントはココ!

顔まわりがぱっと明るくなる花柄ストールは、定番ジャケットも瞬時に華やかに見えちゃいます。春を先取りできるのもうれしい。

鷹野詩歩理さん(メーカー勤務23歳)

オオ…な仕事始めの…日に、お世話になっているクライアントへあいさつ回り。ジャケットを脱いだときも華やかなブラウスをインに着て、好感度アップも忘れずに。2010年のみっこも、仕事もプライベートもパワフルにがんばります!!

先輩OLに聞きました!

こういうコーデが好感触

仕事始めは後輩にもフレッシュな気持ちでいてほしいので、お正月の休みボケを見せない華やぎコーデが理想的とか。知的さもキープできるブラウスやジャケットは、年明けのワードローブにも大活躍の見込み。

1/3 sun.

今日はおうちでのんびりDVD鑑賞。なんだか幸せを実感♥

出勤前の最後のお休みは、中村くんとおうちで過ごすことに。「これからよろしくね」と優しく微笑んでくれる中村くんと一緒にいられて幸せを実感しちゃった! ネックレス¥13,650/ジル スチュアート(ヴァンドームヤマダ) ハートクッション¥1,575、ピンクラグ¥3,675/ともにアフタヌーンティー・リビング

1/4 mon.

仕事スタートの日は定時に上がってネイルサロンへ

好感ポイントはココ!

ワンピ×ジャケットの王道オフィスコーデは、白やツイードなどでモテ要素をミックス☆

平川ちひろさん(メーカー勤務26歳)

簡単な打ち合わせのみで切り上げられた仕事初日は、明日からの自分を景気付けるために、アフター5にネイルサロンへ。ネックレス¥6,300/ストロベリーフィールズ(シュガー・マトリックス) タイツ¥1,050/17℃(17℃バイ ブロンドール ルミネ北千住店)

1/5 tue.

今年の抱負は家庭的な女性になること!

好感ポイントはココ!

花柄スカートに上…ブラウスが上品で可愛い。…をちょっと巻いているのも…らしい!

高橋…さん(金融関係勤務25歳)

年下ダーリンができたこともあって、今年の目標は、家庭的な女性になること。まずは料理教室へ通うことに。泡立て器¥…、ピンクのボウル¥2,…/ともにアフタヌーンティー・リビング

慧美网 vimee.net
蝴蝶网

好感度たっぷり！着まわし力最強のベストアイテム

年末年始をおしゃれに乗り切るための優秀アイテムを発表。
今月の着まわしコーデで、もっとも登場率の高かった
アイテムベスト4はこちら。ぜひ着こなしの参考にしてみて！

登場回数 8回 アウターの下でも可愛さ発揮！ フェミニンブラウス

一枚で着られるのはもちろん、冬アウターの下に着ても可愛さを印象付けてくれるフェミニンなフリルブラウスが登場回数最多！

安岡あゆみさん（アパレルメーカー勤務21歳）

私も持ってます
ジャケットやコートの下に着ても可愛いブラウスは、春まで大活躍の予感です。

登場回数 7回 オンでもオフでも主役になれる ノーカラージャケット

今年らしいコンパクトなノーカラージャケットは、可愛く着られるツイードがベスト。どんなシーンでも好感度をアップしてくれる一着。

伊藤寿賀子さん（広告代理店勤務25歳）

私も持ってます
リボンの取り外しができるので、甘さ加減をシーンに合わせて調整できるのも優秀★

登場回数 6回 ヘルシーな着こなしに欠かせない 冬素材ショートパンツ

動きやすさを求められるイベントも多いなかで、ショートパンツは持っていて損なし。シーズナブルな冬素材でおしゃれをリード。

高沢奈苗さん（メーカー勤務23歳）

私も持ってます
タイツやブーツとのバランスも完璧なショートパンツは男のコウケも女のコウケも抜群♪

登場回数 6回 甘ロアイテムも知的にスイッチ かっちりジャケット

上野真紀子さん（通信会社勤務28歳）

私も持ってます
ガーリーなアイテム好きの私のコーデも、一瞬で大人っぽく見せてくれて頼れる一枚。

フェミニンなワンピ
スカートも知的に
イッチしてくれる
ラックジャケット
イベントシーズンも
ことん活躍してくれ

好感ベストコーデ発表！

上司&先輩ウケ ナンバーワンコーデ

宇野泰子さん
（メーカー勤務28歳）

季節を問わず重宝するジャケットスタイルは鉄板！スタンダードで、媚びすぎない控えめおしゃれバランスが、年上から評価される鍵に。

友達&同期ウケ ナンバーワンコーデ

三浦 泉さん
（ピアニスト26歳）

主張しすぎない可愛さが上位&同世代にヒットしたこのコーデ。シンプルながら小物使いで華やかさをプラスするおしゃれ感が同年代のハートをキャッチ。

彼&男のコウケ ナンバーワンコーデ

井坂 智さん
（印刷会社勤務26歳）

清楚なブラウスに女のコらしい花柄スカートを合わせた着こなしが、男ウケ抜群！デートで着てほしいだけでなく、オフィスで着るのにもおすすめとか。

Part2 華ありイベント別好感ヘアメイクへGO!

メイク!

撮影／清水尚子
ヘア＆メイク／大島清子(roraima)
スタイリング／木田智子(NEUTRAL)
モデル／矢野未希子、大槻寛子、田中里奈

を演出しちゃおう!

ヘアメイクの好感度も私たちがリサーチ!

着回しに引き続き、ヘア＆メイクもリアルに好感度をリサーチ♪ 男子ウケも女子ウケもバッチリです。

ヘアアレンジは好きで良くします。女友達にはほめられるけど、男のコにはどうなのか知りたいです!
宇野泰子さん（メーカー勤務・28歳）

仕事柄いろいろな人と会う機会が多いので、どんな場面でも好感をもたれるメイクがしたいと思っています!
三浦 泉さん（音楽関連会社勤務・26歳）

髪型やメイクはいつもワンパターンになりがち。シーンや会う相手によってメイクを変えたいと思っています。
鷹野詩歩里さん（メーカー勤務・23歳）

オンとオフのヘアやメイクは自分のなかでわけています。実際、どんなものに好感がもたれるか興味があります。
倉形まなみさん（医療関連勤務・27歳）

ちょっぴりスペシャル感を演出
クリスマスデート

年に1度のスペシャルなデートの日には、いつもよりちょっとだけおめかしするのが正解。華やかなアップスタイルにかすかにキラめく目もとで、彼をドキッとさせちゃおう♥

キーワードは
華やかアップ×キラキラな目もと

段のダウンスタイルから印象を激変させるアップと、オンでは見せないキラッとした目もとがポイント。

ぴったりなコスメはコレ!

Aふんわりと上気したようなピンク色のほおに。インテグレート フォルミングチークス（ジュエルボックス）①ピンクトパーズ【数量限定発売】¥1,575（編集部調べ）／資生堂 **B**中央の「ジュエルシャワー」で今までにないきらめきをまぶたにオン。コフレドール ジュエルシャスアイズ 04【12月16日発売】¥3,675（編集部調べ）／カネボウ化粧品 **C**スッとなめらかなラインが引けるジェルライナー。インジーニアス ジェルライナー 01 ¥3,360／RMK Division

ココが好感

アップのヘアスタイルはいつも髪を下ろしているのと違って見えてドキッとしますね。クリスマスらしい特別感もうれしいです。
高安洋平さん（アパレル勤務・32歳）

お手本はコレ

Back

12/24 tue.

"ちょっぴりスペシャルなアップスタイルで魅力的に"

全身コーデはコレ

Make Point

Eye …チュラルなブラウンに、キラキラのパ…ダーを重ねて。ミディアムカラーを二…線より少し広めにいれてタレ目に。

Lip …ップはピンクでキュートさをアピー… ツヤやぷっくり感を出しつつ、主…しすぎない可愛らしさを意識して。

Cheek …んのり色づくツヤのある肌に男子は…いもの。ふわっと色づくピンクの…ークで女のコらしさをアップ!

"大人可愛いカンタンアップでお仕事帰りもキュートに♥"

ジャケット¥26,250／RD ルージュ ディアマン ストール¥12,600／ルーニィ ピアス¥7,770／エテ カチューシャ¥1,260／ルイ・ヌーベル

カチューシャをモノトーンに変えると、大人っぽい印象に。大ぶりモチーフが苦手な人にも。カチューシャ（ブラック）¥1,680、（シルバー）¥315／ともにルイ・ヌーベル

Hair Point

難しいと敬遠しがちなアップヘアも、コツをつかめばささっと短時間でできちゃいます。

1 トップの部分をとって留める
ふんわりとトップに軽くボリュームを持たせるために、頭の中央部の毛を取ってかるくねじり、ピンで留める。

2 サイドをすっきりとアップに
サイドの毛はタイトに押さえ、後ろでねじって留める。ピンは、毛束と地肌の両方の毛を留めるようにすれば簡単。

3 残りの毛もランダムに留める
ランダムに毛束をとって上めの位置でピン留め。くずれやすい下側の毛はスタイリング剤を使えば楽チン。

4 カチューシャをオン
最後に、大きめのモチーフがついたカチューシャをオンすれば完成。位置は深い位置にしすぎないように。

蝴蝶网
vimee.net

蝴蝶网 hudie.com

おしゃれ感をアピールして

ガールズパーティ

12/26 sat.

おしゃれ感度の高い女友達とのパーティでは、いつもは挑戦しないようなメイクにもトライ。いっぱいおしゃべりしても乱れない、カジュアルなおだんごヘアが定番です♪

キーワードは

カジュアルおだんご×フレッシュなオレンジチーク

パーティの大騒ぎも、女のコ同士ならOK。どんなに騒いでも大丈夫なおだんごに、アクティブなオレンジチークが相性ばっちり。

ぴったりなコスメはコレ！

Aひと塗りでキレイなぷっくりリップが作れちゃう♥オーブ クチュール デザイニングプレミアム ルージュ BE764 ¥3,360／花王ソフィーナ B鮮やかなオレンジカラーで元気をプラス。ミックスブラッシュコンパクト 12 ¥4,725【1月22日発売】／ジルスチュアートビューティ Cこのパレットひとつで眉もアイカラーも完成しちゃう、超優秀アイテム。ケイト ブラウンコレクション BR-2¥1,680／カネボウ化粧品

ココが好感

おしゃれなおだんごは、友達がしているとつい目が行っちゃいます。このおだんごはさりげないカチューシャ使いも可愛い！

宇野泰子さん（メーカー勤務・28歳）

Side

お手本はコレ

"元気いっぱいのおだんごにオレンジのチークが映える☆"

全身コーデはコレ

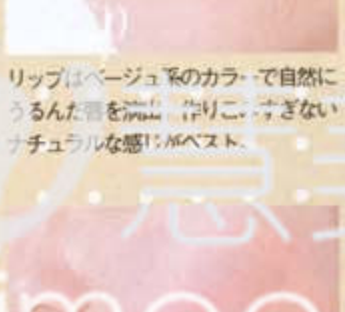
Make Point

Eye

オレンジチークを強調するため、目もとの色は肌なじみのよいカーキゴールド系のブラウンをチョイス。

Lip

リップはベージュ系のカラーで自然にうるんだ唇を演出。作りこみすぎないナチュラルな感じがベスト。



Cheek

オレンジのカラーをミックスした女のコ度全開のチークで、一気にトレンドを感のあるほめられフェイスが完成。

"すっきりとあげたおでこもほめられポイント♪"

コート¥12,600／ロペピクニック ファーティペット¥16,800／ルーニィ カチューシャ¥840／ハートダンス リング¥17,850／ジルスチュアート（ヴァンドームヤマダ）

Hair Point

カジュアルキュートに変身できるおだんごは、レングスが短い人でもOK。デイリーづかいできるアレンジだから、ぜひマスターを。

1 トップの高い位置で結ぶ

おだんごの土台となるポニーテールをできるだけ高い位置で結ぶ。後ろの毛が落ちてしまう人は、ピンで留め

2 毛先をピンで留める

ポニーテールの毛先を軽く割いて、根元にピンで留める。結び目に向かってぐっと押し込むように。

3 前髪を軽いポンパに

みっこのお手本スタイルに近づくため、前髪はひとまとめてねじり上げ、軽くポンパ風に留める。

4 カチューシャをオン

最後にアクセントになる華奢めのカチューシャをオンすれば、アクティブなおだんごのできあがり！

慧美网 vimee.net

蝴蝶网

女のコらしさをヘアメイクでランクアップ

合コン

初対面の人と会うことが多い合コン。こういう場では、どんな人にもウケのよいベーシックなスタイルで臨むのがオススメ。目もとは軽くピンクをいれて、女のコらしいまなざしに。

キーワードは

ふんわり巻き髪×フェミニンなピンクシャドウ

にでも愛されるふんわりヘアと、永遠のガーリーカラー・ピンクの最強コンビで初対面からバツグンの印象作りを狙って。

ぴったりなコスメはコレ!

ピュアでイノセントな印象を作る、道シャドウ。ジュエルクリスタルアズ 03【1月22日発売】¥5,250/ジスチュアート ビューティ **B**練りイプのチークは自然な発色で肌を明く見せてくれる効果も。クリーミィーク パウダー 01【2月5日発売】¥940/ポール&ジョー ボーテ **C**鉄カラーのピンクをグロスにもさりげくとりいれて。マキアージュ パーェクトグロス PK445¥2,100(編部調べ)/資生堂

ココが好感

女のコのふわっとした巻き髪は、無条件で可愛いなと思いますね。メイクはあくまでナチュラルなのがいいですね。

宝蔵寺亮さん（広告代理店勤務・23歳）

お手本はコレ

12/11 fri.

"初対面なら誰にでも愛されるヘアとメイクをマスターして"

Make Point

いカラーをベースに、ほんのり目尻に向かってピンクをオン。開いたときにさりげなく見えるくらいが◎。

ロスもピンクで女のコらしさをアール。落ちないグロスだから、いつでもツヤツヤリップをキープ可能!

タイプのチークは肌になじみながら内側からにじみ出るように肌をキに見せてくれます。

"巻き髪×ピンクで、誰でもたちまちフェミニンに!"

カーディガン¥28,350/ルーニィ ブラウス¥5,985/ディア フルーラ ピアス¥16,800/ジル スチュアート(ヴァンドームヤマダ) 3連ネックレス¥1,575、ゴールド×赤ネックレス¥1,260/ともにルイ・ヌーベル

美网
vimee.net

Hair Point

誰もがトライしたいと思っている巻き髪は
実はランダムが一番簡単で可愛い♥
コテの使い方さえ覚えれば、すぐに完成!

1 顔まわりは内巻きで

コテを使う前に巻き髪用スプレーを全体にふきつけ毛先から顔側に向かってコテを巻くのが内巻き。顔まわりを内巻きにすると、可愛らしい印象に。

2 サイド～後ろはランダムに

サイドから後ろの毛先は、内巻きと外巻きを混ぜてランダムに巻いて立体感を出す。外巻きはハネすぎないように注意しましょう。

適度な女性らしさとスッキリ感が◎
忘年会

いろいろな人と接する忘年会では、ほどよく上品でありながら女性らしさも匂わせるハーフアップで決まり。メイクはまつげを強調してぱっちりとした目力を意識してみて。

キーワードは

簡単ハーフアップ×くっきりまつげ

仕事からそのまま忘年会でもOKのハーフアップ。少し強めのアイメイクは、暗い居酒屋でも可愛く見せるためのコツ。

ぴったりなコスメはコレ!

Aリキッドタイプのアイカラーはベースにもポイントにも活躍。ルナソル シャイニングウォーターアイズ EX02【1月15日発売】¥2,625/カネボウ化粧品 **B**肌にふんわり広がるグリーンと、カーキの締め色で使いやすいパレット。ルナソル ネイチャーカラーアイズ 02【1月15日発売】¥5,250/カネボウ化粧品 **C**真っ黒すぎなアイラインよりも優しい印象に仕上がるダークなカーキ。ル クレイヨン ユー #68カーキ ドレ【1月8日発売】¥2,940/シャネル

ココが好感

ハーフアップは簡単なのに可愛く見える! 派手にならないし簡単だから仕事中でもアレンジとして使えそう。

鷹野詩歩里さん(メーカー勤務・23歳)

お手本はコレ

12/21 mon.

"女性らしいのにスッキリとしたヘアが好感のポイント"

全身コーデはコレ

Make Point

一番薄い白をアイホールにのばし、二重幅にグリーンをオン。リキッドのグリーンを目尻にいれてポイントに。

リップは女性らしいローズ系のピンクで大人っぽく仕上げ。食べたり飲んだりするから、落ちにくいものがベター。

チークは自然に肌をいきいきと見せる、コーラルピンク系をセレクト。頬骨の上にふんわりといれて。

"短めレングスさんならキュートな印象に"

ニット¥13,650/ルーニィ イヤリング¥10,500/エテ ネックレス¥18,900/ジル スチュアート(ヴァンドームヤマダ)

Hair Point

ハーフアップはどんなレングスでもフェミニンさを出せるアレンジ。サイドはタイトに、トップはふんわりするのがポイント!

1 毛先をコテで内巻きに

全体をブローで整えたあと、毛先だけをコテで内巻き
する。ロングの人は巻き髪の要領でランダムに巻い

2 トップの髪を留める

トップの髪をとり、毛束の先を軽くねじりながらピンで留める。留めてからトップを軽く引き出す。

3 サイドの毛を留める

片方のサイドの毛をとり、先をねじりながら後ろで
る。毛をとる分量は耳の上で分けるようにするのが

4 反対側も留める

3と同様にもう片方の毛も留める。サイドはタイトめにしていたほうが、トップのふんわり感が際立つ。

慧美网 vimee.net
蝴蝶网 hudie.com

蝴蝶网

きちんとした印象づくりがカギ

仕事はじめ

年早々気持ちも新たに、仕事はじめはきちんとヘア＆メイクで出社したいもの。
しい先輩や上司からも評判の好感フェイスで新年のオフィスライフをスタートしましょ♥

キーワードは

きっちりまとめ髪×ナチュラルベースメイク

ュラルで健康的な肌と、きちんとまとめられたヘアは年上から好感を持たれるための大事なポイント。

ぴったりなコスメはコレ!

A

B

C

ージュ系のチークは、顔に立体感をだし派手すぎないので使いやすい。ルナソルーリングチークス 06【1月15日発売】¥5／カネボウ化粧品 **B**パウダーなのにリドのようなツヤ感が出るファンデ。パウファンデーションEX 全9色〈SPF24／+〉¥6,825／RMK Division **C**見たまるだけの簡単アイシャドウ。透明感のあ色で上品。オーブ クチュール デザイニアイズ 506¥3,885／花王ソフィーナ

お手本はコレ

1/6 wed.

"すっきりとしたまとめ髪でやる気をアピール!"

全身コーデはコレ

ココが好感

やっぱり仕事のときはきちんとしたコが一番ですね。メイクはナチュラルで、髪はすっきりまとまってるのがいいです。

後藤大太郎さん
（インテリア関連会社勤務・34歳）

Make Point

Eye

シャドウはイエロー系ブラウンでに。目の際は締め色をいれ、ギリのところをペンシルで囲みます。

Lip

っぽくもあり、可愛らしさもある系のリップはお仕事にぴったり。ブライナーを使うのもオススメ。

Cheek

クはベージュ系カラーでナチュラ陰影をつけるとGOOD。どんなこもあう便利なカラー。

"知的に見せるまとめ髪で仕事はじめからほめられそう!"

ジャケット¥29,400／ルーニィ ピアス¥12,600、ネックレス¥6,510／ともにエテ

慧美网
vimeee.net

ヘアにポイントをつくりたいときは、小さめシュシュをプラスするのも手。シュシュ¥420／ルイ・ヌーベル

Hair Point

シンプルなサイドアップは結ぶ位置と毛先の動きが可愛さを決める重要なポイント!

毛先をランダムに巻く

巻き髪の要領で、毛先をランダムに巻く。巻き髪用スプレーなどをふきつけたあと、1度きっちり巻いて、そのあと指先でくずすとゆる巻きに。

1

髪を耳下で結ぶ

結び目が耳の下に来るように髪をひとつに結ぶ。上すぎると子どもっぽく、下すぎると老けて見えるので、写真の位置を参考にして。

2

結び目を毛束で隠す

結んだ下の毛を少しとり、結び目に巻きつけて結び目を隠す。巻いた先を根元側にピンで留めて完成。

3

hudie.com
慧美网 vimeene.net

蝴蝶网 hudie.c

Samantha Thavasa Xmas line

サマンサタバサ クリスマスライン

カジュアル、エレガント、どちらのスタイルにも万能な「サマンサタバサ」のクリスマスラインは、ON・OFF問わずに大活躍。大人気のアンビシオンやロゴ入りのふっくらトートは、今年も早いもの勝ちになりそうです。

“上品でレディライクなパールカラーのソフティ アンビシオン”

大人気ソフティ アンビシオンのクリスマスラインは、大人可愛いパールカラーが自慢♡ トレンドのツイードジャケットにあわせれば、おしゃれな通勤コーデが完成！ ソフティ アンビシオン[26×29×12]￥44,100、バッグに付けたイニシャルチャーム￥4,200／ともにサマンサタバサ コート￥17,850／マーキュリーデュオ ショートパンツ￥11,025／RYZA(ドラスティック) ブーツ￥30,450／カリーノ(モード・エ・ジャコモ) その他はスタイリスト私物

News!

プランタン銀座に期間限定ショップOPEN!

12/11〜12/25の間、サマンサタバサ及びサマンサシルヴァ by サマンサティアラの期間限定ショップがプランタン銀座店「ル・パサージュ」にオープン致します。クリスマスの期間だけの特別ショップ。友達へのプレゼント、自分へのご褒美に素敵な物がきっと見つかります。この機会を是非お見逃しなく！

PART 1

今年1年がんばった自分へご褒美♥

今すぐ欲しい! サマンサのXmasライン

毎年各ブランドから登場すると争奪戦になる、クリスマスラインを一挙に大公開。
トレンドたっぷりのバッグは、自分へのご褒美やクリスマスに彼におねだりしたい、キュートなモノばかり♡ 欲しい人はお店に急いでね。

vimei.net

Samantha Thavasa サマンサタバサ
Samantha Vega
Samantha Thavasa Deluxe&Petit Choice
Disney Collection
Samantha Hit Item
Samantha Tiara
SAMANTHA SILVA by Samantha Tiara

蝴蝶网 hudie.com

“愛しのモコモコ&レオパードがコラボしたファーバッグ♡”

トレンドのファーバッグは1つ持っているとおしゃれ偏差値がグーンとUP。淡い配色のレオパード柄は、ほかではなかなか見つからないはず！ ヒョウ柄ファーオルラーレ[23×37×13] ¥22,575、バッグに付けたパール×リボンチャーム¥3,990／ともにサマンサタバサ リング¥11,550／サマンサシルヴァ by サマンサティアラ ニットワンピ¥10,920／スナイデル（スナイデル ルミネ新宿2店） ブーツ¥29,400／フローチェ（ギルド ジャコモ ギャラリー オン ザ ウェーブ） その他はスタイリスト私物

華やかスパンコールがたっぷり
キラキラ素材Bag

スパンコールリボン付きシリーズ〈ブルー〉[27.5×30×14] ¥26,250、〈フューシャピンク〉 [13×16×6] ¥19,425／ともにサマンサタバサ

Xmas限定 クマ&リボンにひとめボレ♡
クマチャーム付スタッズBag

サマンサ アイミ
as限定バージョ
×34×15] ¥29
サマンサタバサ
チャーム&リボン
外し可能

上品な印象のメッシュ小物シリーズ Xmas限定
メッシュ編み小物

〈右上から時計回りに〉 折財布 [10.5×12.5×3] ¥17,850、キーケース [6.5×10×2] ¥10,500、パスケース [8×11×1] ¥10,290、長財布[10×19×3] ¥19,425 ／すべてサマンサタバサ

サマンサタバサってどんなブランド？
Samantha Thavasa

通勤に最適なエレガントなデザインから、オフの日仕様のカジュアルバッグまで、幅広いシーンで活躍できる優秀バッグが豊富。トレンド感も実用性も兼用したいコにおすすめ！

大人気シリーズのクリスマス限定
サマタバふっくらトート

サマタバ ふっくらトートXmas限定バージョン〈右・小〉[18×32×9] ¥22,575、〈左・大〉[27.5×30×14] ¥26,250／ともにサマンサタバサ

Relax Holiday♪

Samantha Vega

Xmas line

サマンサベガ クリスマスライン

リボンやフリル、ハートモチーフ使いなど、カジュアルでキュートなデザインが自慢の「サマンサベガ」。クリスマスコレクションは、絶大な人気を誇るハートキルトシリーズや新色のガンメタ&ブロンズアイテムに注目！

“ガーリーなハートバックル&プリーツを大人カラーで格上げ”

乙女心をワシ掴み♡
大HITのハートキルトバッグ”

リーなハートのキルトバッグは、ハッピーたっぷりのチャームで大人可愛くアレンジのがおすすめ。ファーリボン付きハートショルダーバッグ［18×20×10］¥625、バックに付けたカクテル型チャーム940、クッキーリボンチャーム¥2,100すべてサマンサベガ ダッフルコート¥80／ハニーバンチ 名鉄百貨店本店 ヤン店 ニットワンピ¥15,540／rich(アール)ツ¥40,950／リコフェリア(オドゥール・オフェリア) その他はスタイリスト私物

人気のトートから、ガンメタが新色で登場！甘めなスタイリングは、ちょっぴりハードなメタリックカラーで引き算が正解。ハートバックル付きプリーツトート［23×37×12］¥19,425、バッグに付けたドットリボンチャーム¥2,625、ドットハートチャーム¥2,625／すべてサマンサベガ ワンピース¥23,940／rich(アール) ブーツ¥31,500／カリーノ(モード・ジャコモ) その他はスタイリスト私物

vimee.net
hudie.com

スウィートなモコモコファーに夢中

キレイ色 ファー Bag

派手可愛いビッグリボンやチェーン使いなど、サマンサベガらしさがたっぷり詰まったファーバッグはこれからのパーティシーズンに大活躍しそう。〈上から時計回りに〉ヒョウ柄ファーリボントート[24×36×16]¥19,950、スタッズ付きチェーンバッグ[17×20×11]¥18,900、ヒョウ柄ファーリボントート[22×33×14]¥18,900／すべてサマンサベガ

リボンを編みこんだ繊細なデザイン

サマンサベガセレブリティの クリスマス限定Bag

リボンモチーフトート〈右・ピンク〉、〈左・ホワイト〉[ともに23.5×34×9] 各¥19,950／サマンサベガセレブリティ※お問い合わせはサマンサベガセレブリティ 新宿ミロード店☎03-3349-5742

限定のガンメタは売り切れ確実！

シャイニー Bag

蝴蝶网
hudie.com

主役級の存在感を放
シャイニーバッグは、
季マストハブなアイテム
ハートバックル付きボ
トンバッグ〈上・ガンメタ
〈下・ピンクベージュ〉[
もに16×28×10.5] 各
18,375／サマンサベガ

リッチなフリルに大人カラーが登場

フリルBag

ラブリーなフリル使いとゴージャスでクールなカラーが甘辛コラボ！ ガンメタ&ブロンズは注目度大の新色です。フリルジップワンショルダーバッグ〈右・ガンメタ〉[22×34×11]¥19,425、〈左・ブロンズ〉[16×28×9]¥17,325／ともにサマンサベガ

サマンサベガってどんなブランド？

Samantha Vega

大人レディのカジュアルスタイルにあう、遊び心たっぷりのデザインが人気のブランド。リボンやスタッズなど、トレンドモチーフを上手に取り入れたお上品なカジュアル感が人気のヒミツ。

vimee.net

amantha Thavasa Deluxe Xmas line

サマンサタバサ
デラックス
クリスマスライン

素材感やゴージャスなモチー
大人可愛い「サマンサタバサ
ス」。クリスマスラインは、ラ
ーンやメタリックカラー使い
ゆにも増して気品があって華
リエーションです。定番の通
もこんなバッグがあればおし
んが上がるはず！

“パーティシーンでも大活躍
しそうなリッチ可愛いゴールド”

フリンジ、スタッズ、ストーンのトレンドモチーフが全部付いて、おしゃれさんも大満足！ 美優は大人なゴールドをセレクト！ メタリックキルティングワンショルダー[25×34×13]¥26,250、バッグに付けたパール付きハートチャーム¥5,250／ともにサマンサタバサデラックス リボンモチーフネックレス¥12,600、リボン×ハートネックレス¥17,325／ともにサマンサシルヴァ by サマンサティアラ ワンピース¥17,640／rich(アール) ブーツ¥40,950／リコフェリア(オドゥール・ド・オフェリア) その他はスタイリスト私物

“ガーリーカジュアルな装いに
大人の華やかさをプラス！”

人気のキルティングシリーズは全色買いしたい可愛さ。みっこは大好きなフューシャピンクをチョイス♡ メタリックキルティングワンショルダー[25×34×13]¥26,250、バッグに付けたパール付きハートチャーム¥5,250／ともにサマンサタバサデラックス ブラウス¥14,700／ライザ(ドラスティック) デニムショートパンツ¥24,150／アウラ アイラ(ドラスティック) ブーツ¥29,400／フローチェ(ギルド ジャコモ ギャラリー オン ザ ウェーブ) その他はスタイリスト私物

ンサタバサ
デラックスって
んなブランド？

na Thavasa Deluxe

XCLUSIVE HANDBAG

デザインだけど、どこかゴ
でトレンド感も主張してく
ンサタバサデラックス」。
ブランドの中ではお姉さ
ランド。

問わず使えるワンショル
ステルカラー
ーントBag

ーミニバッグ〈右・ホワイト〉、〈左・ピンクベージュ〉[と
×9] 各¥19,425／サマンサタバサデラックス

コロンとした正統派シルエット
プレート付き
編み手ボストン

プレート付き編み手ボストン ブルー[23×3[illegible]
×1[illegible],150／サマンサタバサデラックス

美シルエットの優秀ポーチ付きBag
ポーチ付きA4Bag

ポーチ付きバッグ パール ホワイト[22×26.5
×13.5]¥36,2[illegible]5／サマンサタバサデラックス

王道可愛いキルティング＆リボン
リボンモチーフ財布

キルティング＆リボンシリーズ〈上から時計回りに〉長財布[10×19×2.5]¥14,700、ラウンドジップ長財布[9.5×19×2]¥14,700、折財布[10×12×2.5]¥12,600／すべてサマンサタバサデラックス

Samantha Thavasa
Samantha Vega
Samantha Thavasa Deluxe&Petit Choice デラックス&プチチョイス
Disney Collection
Samantha Hit Item
Samantha Tiara
SAMANTHA SILVA by Samantha Tiara

慧美网 vmee.net
蝴蝶网 hudie.com

裏地のトランプ柄にも胸キュン

リボンサテンポーチ

アリスコレクションリボン付きポーチ〈上から時計回りに〉ブラック[12×20.5×11]¥11,550、ピンク[12×20.5×11]¥11,550、フューシャピンク[12×16.5×8]¥10,500／すべてサマンサタバサプチチョイス

©Disney

冬気分満点なパールホワイトが♡

カードケース付きスタッズBag

サマンサ アイミー ミニトート パールホワイト[18.5×27×9]¥21,000、ハート×雪の結晶チャーム¥5,775／ともにサマンサタバサプチチョイス

Samantha Thavasa Petit Choice Xmas line

サマンサタバサプチチョイス クリスマスライン

見ているだけでハッピーになれる、キュートでポップな小物たちが、クリスマスのドキドキ感をさらに盛り上げてくれます。お財布やポーチは、女友達へのクリスマスプレゼントにもピッタリ♡

サマンサタバサプチチョイスってどんなブランド？

Samantha Thavasa Petit Choice

「バッグの中も可愛くコーディネイト」をテーマにした小物メインのブランド。見た目の可愛さはもちろんのこと、機能性に富んだアイテムが盛りだくさん。

キラキラ可愛い繊細なデザイン

スイーツチャーム

ラグジュアリーチャーム各¥6,825／サマンサタバサプチチョイス※それぞれチャーム、ストラップ、ネックレスとして使えます。

Xmas限定

持ってるだけで気分がアガる！

リボン&キラキラ小物

〈上から〉リボン付きエナメルシリーズ 長財布[10×19×3]¥15,750、グリッターハートキルトシリーズ 長財布[10×19×3]¥15,225、グリッターハートキルトシリーズ パスケース[7.5×10.5×1]¥7,350、リボン付きエナメルシリーズ パスケース[7.5×10.5×1]¥15,750／すべてサマンサタバサプチチョイス※クリスマス限定グリッターシリーズは、ファスナートップ付き。

蝴蝶网
vimee.net

I ♥ Shopping!

Disney Collection

Xmas line

ディズニーコレクション クリスマスライン

大人気の『ディズニーコレクション」アイテムの新作をお届け！ 各ブランドから登場した愛しのディズニーキャラクターに、トレンド感をプラスしたバッグや小物は、とにかく全部欲しくなっちゃうほどの可愛さ。要チェックですよ♡

©Disney

“ちょっぴりROCKテイストなミニーちゃん×スタッズがツボ！”

レンド感満載のスタッズ仕様！

サマンサベガ の タッズ付きトート

私も持ってる！

サマンサのディズニーコレクションアイテム

サマンサCMで見たミッキーバッグを買ったよ！

CMで流れていたミッキーコレクションのバッグにひとめボレして、即購入！ 今一番のお気に入り♡

医療関連勤務 倉形まなみさん

ミニーのコレクションアイテムは必ずチェック

ミニーモチーフバッグは、発売されるたび必ずチェック。今狙っているのはXmas限定ミニーチャーム付きバッグ！

メーカー勤務 宇野泰子さん

大好きミニーちゃんのトートは、ハードなスタッズ使いなので大人可愛く使えそう。ロックなスタイリングにあわせたいね。ミニー スタッズ付きトート[28×35.5×15]¥20,475／サマンサベガ カーディガンに付けたエンブレム〈3個セット〉¥5,250／サマンサタバサ カーディガン¥14,910／スナイデル（スナイデル ルミネ新宿2店）チェックシャツ¥19,950／アウラ アイラ（ドラスティック）ショートパンツ¥14,700／Jacky's Tear（ブロンディ渋谷店）ブーツ¥34,650／ディーダッシュ（ジャコモ・リュクス）

慧美网 vimee.net
蝴蝶网 hudie.com

キュートなミッキー＆ミニーがエコ活動♡

サマンサタバサのショッピングバッグ入りチャーム

後ろのチャックを開くと、なんとショッピングバッグが入っています！ ミッキー＆ミニーはチャームタイプなのでコンパクトで、持ち運びも便利。ミッキー＆ミニーショッピングバッグ 各¥13,125／サマンサタバサ

©Disney

Back Style

アクティブな女のコにはこちら！

サマンサタバサのキルティングボストン

Xmas限定

キルティングボストン［ともに23×46×14］〈右〉¥33,600、〈左〉¥34,125／サマンサタバサ ※ゴールドは路面店限定色です。

©Disney

クリスマスプレゼントに最適

サマンサタバサプチチョイスのBOX付きファスナートップ

Xmas限定

バッグのファスナーに付けるだけで、いつものバッグが可愛くおしゃれアップ！ クッキー型ファスナートップ〈3個セット〉¥9,975／サマンサタバサプチチョイス

©Disney

ディズニーコレクションアイテム、こんなに売れてます！

「ディズニーコレクションは、発売当初から大人気！ すぐに売り切れるので、欲しいものがあったら即ゲットです！」

プレスさんも断言！

サマンサプレスご担当 東 美幸さん

BIGサイズのミニーチャームがキュート

サマンサタバサのミニーチャーム付きBag

Xmas限定

雪のようなパール
イトが清楚でロマ
ィック。スクリッ
ニールトート ミニ
ージョン パールホ
ト［20×30×16.5
25,200／サマン
バサ

©Disney

可愛さも収納力も文句ナシ！

サマンサタバサ
デラックス
キャンバス

Xmas限定

キャンバスバ
イト〉、〈下・
もに 24 × 3
24,150／サマ
ラックス

©Disney

蝴蝶网
hudie.co
慧美网
vimeo.net

蝴蝶网

PART 2

読者に聞いた!

ご褒美小物「コレ買いたい!」TOP10

ボーナスで欲しいもの、1年間頑張った自分へのクリスマスプレゼント、彼におねだりしたいアイテムなどなど、とにかく今欲しいサマンサバッグをおしゃれ読者のみなさんに調査しました。あなたのお気に入りはどれですか?

“BIGリボン&チェーン使いがレディでクラシカルな印象!”

“この冬イチオシの、クマチャーム付きバッグ♡”

古月里奈さんがご指名!

サマンサタバサの クマチャーム付き シャイニー Bag

コレ買いたい!

「クマチャーム&リボンが取り外しできるので、気分次第でスタイルチェンジできるところがお気に入り。」

商社勤務 古月里奈さん

サマンサ アイミー[25×34×13]¥29,400／サマンサタバサ ※クマチャーム&リボンは取り外し可能 コート¥40,950／ランゲージ(ランゲージ 六本木ヒルズ店) パンプス¥14,700／ハーズ(ビバ・サーカス) その他はスタイリスト私物

上村菜津子さんがご指名!

サマンサベガの リボン付き パテントBag

コレ買いたい!

「リボンモチーフに弱いので、このバッグにはひとめボレ♡ ガーリーだけど品の良い大人なカラーもステキ。」

金融関連勤務 上村菜津子さん

ビッグリボン付きチェーントート[27×34×10]¥19,425／サマンサベガ ジャケット¥23,100／マーキュリーラックス(マーキュリーデュオ) ワンピース¥13,650／マーキュリーデュオ パンプス¥18,900／ギルドジャコモギャラリー(ギルド ジャコモ ギャラリー オン ザ ウェーブ) タイツ／スタイリスト私物

意美网 yimoe.net

岡本ハナさんがご指名!

サマンサベガセレブリティのファーバッグ

リアルラビットファーリボンチェーンバッグ〈右・ホワイト〉[16.5×31×7.5]¥21,000、〈左・ベージュ〉[18×30×7]¥18,900／ともにサマンサベガセレブリティ※お問い合わせはサマンサベガセレブリティ 新宿ミロード店 ☎03-3349-5742

コレ買いたい!
ふわふわラビットファーの触り心地が最高♡ スパンコールをあしらったレディなベルベットリボンがリッチ可愛い。
IT関連会社勤務 岡本ハナさん

高沢奈苗さんがご指名!

サマンサタバサのロゴトート

スクリッタ ポーチ付きトート ネイビー[26×36×13]¥24,150／サマンサタバサ

コレ買いたい!
手描き風のロゴがツボ。収納力もバツグンだし、おそろのミニポーチには、Suicaが入れられて便利そう♪
メーカー勤務 高沢奈苗さん

安岡あゆみさんがご指名!

エスティニー by サマンサタ
ビニールトート

スイーツ柄×ロゴトートバッグ ピンク[26×40×17]¥16,800、アビーちゃんストラップ(クリスマス限定)¥3,675／ともにエスティニー by サマンサタバサ※モバイルのみで販売。お問い合わせはP.82のQRコードから。
©TM/
©Sesame Workshop

コレ買いたい!
スイーツ柄とパステルピンクがキュート♡ アビーちゃんストラップをプラスして、休日に使いたいですね♡
メーカー勤務 安岡あゆみさん

水野友貴さんがご指名!

サマンサタバサのセミオーダーメッセージトート

セミオーダー サマタバ ふっくらトート〈右・ピンク〉、〈左・ベージュ〉[ともに24×38×13]各¥27,825／サマンサタバサ※I♡ST、SWEET、LOVE、ROCK、HAPPY、GIRLの6種類の中から2つの文字をチョイスしてカスタマイズ。アルファベット&誕生石が選べるチャームも付きます。

コレ買いたい!
6種類の中からロゴを選べる上に、イニシャル&誕生石が選べるチャームも付くなんてお得感もたっぷり!
マスコミ関連勤務 水野友貴さん

コレ買いたい!
サマンサタバサプチチョイスのお財布は、見た目も機能性も良いのでヘビーユーズ。どれも可愛くて悩んじゃう。
メーカー勤務 池田 舞さん

池田 舞さんがご指名!

サマンサタバサプチチョイスのキュート柄財布

〈上から〉レオパード長財布[9.5×19×2]¥14,175、迷彩柄コインケース[7.5×11×2]¥8,925、レース長財布[10×17.5×3]¥13,440／すべてサマンサタバサプチチョイス

野中優子さんがご指

サマンサタバサデラック
ツイードBag

コレ買いたい!
ツイードの組み合わせが大人っぽく、とっても上品♪ 今季トレンドのツイードバッグは1つ欲しい!
保険会社勤務 野中優子さん

平川ちひろさんがご指名!

サマンサベガのショルダー付きツイードBag

チェック柄ツイードトート〈右・レッド〉[19×29×8]¥17,325、〈左・ネイビー〉[27×35×10]¥18,900／ともにサマンサベガ

コレ買いたい!
存在感のあるハートバックル×ツイードチェックのバッグは、シンプルコーデの主役になりそう。♡
メーカー勤務 平川ちひろさん

垰 智子さんがご指名!

サマンサタバサのアンビシオンシリーズ

コレ買いたい!
コロンとしたシルエットのアンビシオンが大好き。ガーリーなリボン付きと新色のブロンズ&ガンメタを購入予定!
IT関連会社勤務 垰 智子さん

〈右〉アンビシオン ガンメタ[21×28×1
〈左〉リボン付きアンビシオン ベビーピ
13]¥43,575／ともにサマンサタバサ

蝴蝶网 hudie.com
唯美网 vimee.net

PART 3

彼からプレゼントされたい♥

おねだりジュエリー LIST

steady.ガールにもファンの多い、サマンサティアラのジュエリー。今回はクリスマスに彼におねだりしたいアイテムを集めました。
女のコ心を掴むデザイン性の高さは、やっぱりサマンサティアラならでは♡

Samantha Tiara
サマンサティアラ

り込んだデザインとリッチな素材を
用した、本格ジュエリーが見つかる
マンサティアラ」。今季も人気の華
ジュエリーをはじめ、ペアリングや
時計まで、おねだりしたいアイテム
たくさん見つかりそう♡

つけたのはコレ!

“ハート&リボンのレイヤードで
清楚&ロマンティックな気分に”

ルのサマンサピーチゴールドで
華やかな存在感を放つクリスマス
ーズ。LOVEプレートネックレス〈K
ダイヤ〉¥26,250、リボン×スト
ネックレス〈K18SPG×ローズクォ
イヤ〉¥36,750、リボン×ストーン
グ〈K18SPG×ローズクォーツ×ダ
6,750/すべてサマンサティアラ
マス限定BOX ... ワンピースは
スト私物

**サマンサティアラって
どんなブランド?**

Samantha Tiara

18金やダイヤなど、デイリーからゴージャスなパーティシーンにまで、幅広いシチュエーションに馴染むバリエ豊富な本格ジュエリーが見つかる大人レディのためのブランド。

Samantha Thavasa
Samantha Vega
Samantha Thavasa Deluxe&Petit Choice
Disney Collection
Samantha Hit Item
Samantha Tiara サマンサティアラ
SAMANTHA SILVA by Samantha Tiara

慧美网 vimee.net 蝴蝶网 hudie.com

大人気の華奢リッチシリーズ

ハートモチーフジュエリー

1ハートリング〈K18SPG×ダイヤ〉¥45,150 2ハートネックレス〈K18WPG×ダイヤ〉¥58,800 ※2〜7文字のアルファベットをオーダーできます。3プチネックレス〈K10(PG コーティング)×ライトピンクサファイア〉¥22,050 4ハート×プチリング〈K10(PG コーティング)×ライトピンクサファイア〉¥19,950／すべてサマンサティアラ

繊細でクラシカルなデザイン

アンティーク風ジュエリー

サマンサオリジナルのピーチゴールドに、クラシカルなデザインのジュエリーがベストマッチ。本物のアンティークジュエリーのような輝き！ 1レースジュエリーネックレス〈K18SPG×ダイヤ〉¥39,900 2レースジュエリーリング〈K18SPG×ダイヤ〉¥42,000 3アンティーク調ジュエリーネックレス〈K18SPG×ダイヤ〉¥38,850 4アンティーク調ジュエリーリング〈K18SPG×ダイヤ〉¥40,950／すべてサマンサティアラ

ジュエリー感覚で身につけたい

ゴールド腕時計

トレンドのアンティーク風のデザインがキュートなウォッチは、マンネリコーデのアクセントに必須！ 1ロゴ入りブレスレットウォッチ〈ステンレス(PGコーティング)×ダイヤ×クリスタルガラス〉¥52,500 2ハートブレスレットウォッチ〈ステンレス(PGコーティング)×クリスタルガラス〉¥44,100 3細ベルトウォッチ〈ステンレス(PGコーティング)〉¥39,900／すべてサマンサティアラ

永遠の愛を願いたい♡

ペアリング

クリスマスにお互いにプレゼントするのもステキ！ シンプルなデザインなので、手持ちのリングと重ね付けしても○。ペアリング 1レディスリング〈K10PG×ダイヤ〉¥33,600 2レディスリング〈K10WG×ダイヤ〉¥33,600 3メンズリング〈K10WG×ブラックダイヤ〉¥33,600 4メンズリング〈K10WG〉¥30,450／すべてサマンサティアラ

SAMANTHA SILVA by Samantha Tiara

サマンサシルヴァ by サマンサティアラ

…ルで遊び心たっぷりなデザインが魅力の「サマンサ…by サマンサティアラ」。トレンド感を存分に取り入…バージュエリーがメインのブランド。ハート、クロー…ロス、ティアラなどのハッピーモチーフが大人気です。

ピンクとクリアのキュービックジルコニアがたっぷりちりばめられた、ネックレス&リングがセットプライスで登場。ハートパヴェネックレス&リングセット〈SV(PGコーティング)×シンセティック×CZ(ピンク・クリア)〉¥26,250/サマンサシルヴァ by サマンサティアラ※クリスマス限定BOX付き ワンピース¥26,250/ランゲージ(ランゲージ 六本木ヒルズ店) その他はスタイリスト私物

レディ気分が盛り上がる！キラキラハートのセットジュエリー

つけたのはコレ！

…ルヴァ by サマンサティアラ どんなブランド？

SAMANTHA SILVA by Samantha Tiara

…ジュアルコーデにあわせた…ージュエ…をメインに…ド。ロゴネ…レスやハッ…ーム…トレン…感…使いがお得…。

自分の名前とミッキーが夢のコラボ

オーダーネームミッキーネックレス

1 オーダーネームネックレス〈SV(PGコーティング)〉¥21,000 2 オーダーネームネックレス〈SV(PGコーティング)〉¥22,050/ともにサマンサシルヴァ by サマンサティアラ
©Disney

ピンクハートがアクセント！

LOVEモチーフジュエリー

1 LOVEパールブレスレット〈真鍮(PGコーティング)×パール×ピンククリスタルガラス〉¥10,500 2 LOVEネックレス〈真鍮(PGコーティング)×ピンククリスタルガラス〉¥10,500/ともにサマンサシルヴァ by サマンサティアラ

唯美网 vimeinet hudie.com

絶大な人気のオリジナルプリント

ロゴプリントネックレス

バッグのデザインにもある、リボン×ロゴの手描き風プリントがネックレスになって登場です。ロゴ入りハートプレートネックレス〈右・小〉〈SV(PGコーティング)×CZ(クリア)〉¥14,700、〈左・大〉〈SV(PGコーティング)×CZ(クリア)〉¥15,750／とも
サマンサシルヴァ by サマンサティアラ

繊細なディテールのリボンなら、甘くなりすぎずに大人っぽく使えそう。キラリと輝くダイヤがゴージャス。リボンモチーフリング〈右〉〈SV(ロジウムコーティング)×ダイヤ〉¥12,600、〈左〉〈SV(PGコーティング)×ダイヤ〉¥12,600／ともにサマンサシルヴァ by サマシサティアラ

ラブリーモチーフ代表♡

リボンリング

〈右〉中央のキラキ
ーちゃんとゴツめの
ットが絶妙なハーモ
ミニー時計〈ステンレ
リスタルガラス〉¥21,
〈左〉スウィートなベ
ンクの型押しベルト
ポ。クロコベルトウ
〈ステンレス×クリス
ラス〉¥35,700／と
マンサシルヴァ by
サティアラ

©D

キラキラ可愛い☆ デイリー仕様

ガーリーウォッチ

蝴蝶网
hudie.com

“カジュアルシルバー×大人な輝きのカラーストーンが絶妙な可愛さ”

つけたのはコレ!

慧美网
vimee.net

本格ストーンを使用したジュエリーが、こんなにキュートなプライスで登場。クリスマス限定ハートモチーフネックレス&リングセット〈SV(ロジウムコーティング)×ブルームーンストーン×ホワイトトパーズ〉¥15,750／サマンサシルヴァ by サマンサティアラ※クリスマス限定BOX付き ワンピース¥29,400／ランゲージ(ランゲージ 六本木ヒルズ店) その他はスタイリスト私物

大ブームのROCKテイスト☆

星モチーフネックレス

※アルファベット・数字・ハートの中から1〜3文字までお好みのパーツをカスタマイズ可能。またはchance・love・starの中から好きなメッセージが選べます。

鎖骨部分の
ーダーできる
ーネックレス。
いパーツを
ね♪〈右〉星
V(PGコーテ
リア〉※パー
17,850、〈左〉
ス〈SV(PG
グ)×クリア
つ付き¥24,
サマンサシ
サマンサティ

1アイテムで3WAYの優れモノ

イニシャルネックレス

ハートネックレス、イニシャルネックレス、ハート&イニシャルネックレスとして使えるので、どんなコーデにも万能につけられます! イニシャルネックレス〈SV(PGコーティング)×CZ(クリア)〉¥21,000／サマンサシルヴァ by サマンサティアラ

WS!

サマンサからsteady.読者にXmasプレゼント!

豪華なクリスマスプレゼントをサマンサさんからいただきました♡
steady.読者のために作ったコラボジュエリーと別注カラーのバッグはどちらも本当にキュートなでき上がり！ 見逃さないでくださいね。

コラボジュエリーは大ブームのメッセージネックレス

ジュエリーケースは
んとsteady.付録と
同じ柄！

回のサマンサBOOKを記念
コラボした、3種類のメッセー
ネックレスと4種類のプチダイ
ネックレスは、なんとsteady.
けのデザイン！ Loveレタード
ックレス〈SV(PGコーティン
)×ダイヤ〉、Happyレタードネ
クレス〈SV(PGコーティング)
ダイヤ〉各13,650／ともにサ
ンサシルヴァ by サマンサ
ィアラ【※付録と同じデザイン
限定BOX入り】その他はスタ
リスト私物

蝴蝶网
hudie.com

サマンサ×steady.別注アイテム作りました!

メッセージネックレス

モデル着用

ダイヤ入りジュエリー

Xmasプレゼント 1

サマンサシルヴァ by サマンサティアラ×steady. コラボジュエリー

1Loveレタードネックレス〈SV(PGコーティング)×ダイヤ〉、2Happyレタードネックレス〈SV(PGコーティング)×ダイヤ〉3Peaceレタードネックレス〈SV(PGコーティング)×ダイヤ〉各¥13,650 4プチダイヤネックレス〈SV(PGコーティング)×ダイヤ〉、5プチダイヤネックレス〈SV(ロジウムコーティング)×ダイヤ〉各¥13,650、6ハートプチダイヤネックレス〈SV(PGコーティング)×ダイヤ〉、7ハートプチダイヤネックレス〈SV(ロジウムコーティング)×ダイヤ〉各¥13,125／すべてサマンサシルヴァ by サマンサティアラ※付録と同じデザインの限定BOX入り

別注カラーはsteady.ガールのLOVEなベビーピンクをセレクト

持ったのはコレ！

steady.×サマンサベガ リボンカードケース付き別注カラーバッグ ベビーピンク[19×33×11]¥17,325／サマンサベガ ワンピース¥10,500／マーキュリーデュオ パンプス¥14,700／ハーズ(ビバ・サーカス) その他はスタイリスト私物

Xmasプレゼント 3

steady.読者限定！ 持ち受け画像&壁紙をプレゼント★

コラボを記念してサマンサベガオリジナル携帯待ち受け画像&パソコン用壁紙をsteady.読者だけにプレゼント！ 待ち受け画像は下記の「ネットで購入」QRコードから。パソコン用の壁紙はこちらにアクセス↓
http://www.wwcity.co.jp/special/2009/vega-steady/

リストはこちら！

タバサ
区新宿3-17-4
バサ 新宿GATES店 ☎03-6457-7887
タバサプチチョイス
区新宿3-38-1ルミネエストB1F
プチチョイス ルミネエスト店 ☎03-534-5530
タバサデラックス
南青山5-1-27 表参道GATESビル1F
DELUXE 表参道GATES店 ☎03-5774-0666
ティアラ
区千駄ヶ谷5-24-2 高島屋新宿本店2F
ィアラ 新宿高島屋店 ☎03-5379-7388
シルヴァ by サマンサティアラ
区新宿3-38-1 ルミネエスト B1F
ルヴァ ルミネエスト店 ☎03-3358-2742
ベガ
区新宿3-18-1 新宿マルイカレン1F
ガ 新宿マルイカレン店 ☎03-3351-5731

ココで買えるよ！

★サマンサのSHOPにて

コラボジュエリーは全国のサマンサシルヴァ by サマンサティアラ、及びサマンサティアラの店舗にて、コラボバッグは全国のサマンサベガ取り扱い店舗にてご購入できます。売り切れる前に、ショップへ急いで！

★ネットで購入！

「近くに取り扱いショップがないよ～」ってコ必見！ 左のQRコードにアクセスするだけで、なんと携帯からも購入可能。今すぐアクセス！

Xmasプレゼント 2

サマンサベガ×steady. コラボバッグ

ONもOFFも大活躍の王道シルエットにキュートなリボンカードケースが付いた人気のバッグ。今回はサマンサベガがsteady.のために、フェミニンなベビーピンクを作っちゃいました！ steady.×サマンサベガ リボンカードケース付き別注カラーバッグ ベビーピンク [19×33×11]¥17,325／サマンサベガ

先 サマンサタバサジャパンリミテッド ☎0120-86-3035

私たちの基本の靴は、「痛くないローヒール」

パンプス&ブーツ

駅までダッシュ!

173足

お仕事ガールにとって駅までダッシュは日常茶飯事！ だからこそ、可愛くて痛みも疲れも緩和するデイリーモデルが欲しい。"ローヒールでも痛い"という読者も、基本のチェックポイントをしっかり押さえておけば理想の1足が見つかるはず。リアルなリピートパンプス&ブーツも紹介します♥

蝴蝶网
nddie.com

撮影／スマイル☺(ピースモンキー)［人物］、中村圭介［静物］　スタイリング／七森美
ヘア&メイク／大島清子 (roraima)　モデル／比留川游　取材・文／高崎麻衣

■掲載商品のお問い合わせ先はP158〜159にあります。
●ヒールの高さはH○、筒の高さはL○で表記。単位は㎝(編集部調べ)。

ダッシュパンプスのつもりが…

みんなの疑問

ローヒールなのにダッシュすると足裏がじんじん痛い！

林有里佳さん（食料品店勤務・27歳）

足のサイズにぴったりなのにすぐ疲れちゃう！

戎子亜紀子さん（製薬会社勤務・27歳）

パカパカするからストラップ。でも私の場合効果

林 亜紀さん（メーカー勤

今回の先生は…

Shoe Fitter
伊勢丹新宿店勤務
飯山喜代子さん

Prpfile：パンプス特集ではおなじみ。足の健康面やTPOにあわせた靴選びで顧客からの信頼も厚い！

Point!

★ 土踏まずからかかとにかけのホールド感をチェック
★ 芯がしっかり働くパンプス前すべりを防止

"ダッシュするには4つのポイントのチェックが必要

P84 上段へ

ダッシュブーツのつもりが…

みんなの疑問

走るとかかとと裏の痛みが尋常じゃない！

山野由佳さん（IT関連会社勤務・25歳）

ブーツなのに靴ずれがひどい！

矢野陽子さん（医療事務・28歳）

ローヒールなのに夜にはぐったり。

小林芳美さん（団体職員・27歳）

先生からコメント

Point!

★ トゥが上がってソール全体のソリがいいものをセレクト
★ 足をしっかり固定させて中ですれていないかを確認

"ダッシュするには悩み別に対処することが必要"

P84 下段へ

慧美网
vimee.net

ダッシュパンプス&ブーツとは…

OLが頼りにしている週3ではきたいダッシュができるパンプス&ブーツのこと。

乗馬ブーツ¥99,750／アルベルト ファッシアーニ（トレトレ新宿店）ロングコート¥36,750／オピュール（シャンテリエ新宿）ニット¥9,975／ルビーリベット（ルビーリベット 有楽町）スカート¥15,750／ザ・ファースト（ザ・ファースト コンステレーション有楽町マルイ店）ネックレス¥1,785／ビーアンエンジェル、バッグ¥13,650／メルローズ

ダッシュパンプス＆ブーツの選び方♥

ダッシュをするためには、シューズを選ぶときに必ずチェックする必要があるポイントがあるのです！ もちろん試着にはいつも以上に時間をかけて！

機能性と見た目両方バッチリ♥

取り外し可能なコサージュやリボンでイメージチェンジ。トゥだけではなく、バンドにも取り付けられます。¥14,700／メルローズ

ダッシュパンプスの条件はコレ！

条件1 ヒールは1.5cm～6cmの幅広ヒール

最も歩きやすい高さは2～3cm。それ以上なら安定感のあるヒールを！

条件2 かかとのフィット感があるもの

土踏まずからかかとにかけてのホールド感が最重要項目です!!

ゴムで押さえてさらにフィット

条件3 足裏のすべり止めあり＆ボリュームでじんじん防止

走ったときの衝撃をダイレクトに伝えないソールがベスト。

すべり止めあり

条件4 足指の型にあわせて、ひどい靴ずれを防止

足指にあわせて、指のすれを解消。快適にはける理想のパンプスを探して！

エジプト型

親指が一番長く、緩やかに短くなった足指にはラウンドタイプがオススメ。

→P85へ

ギリシャ型

人差し指が一番長く、三角を描いた足指にはポインテッドトゥがジャストフィット。

→P86へ

スクウェア型

親指から中指までがほぼ同じ長さ。締め付けないスクウェアトゥがベストシューズです！

→P87へ

ダッシュブーツのお悩み＆解決法はコレ！

お悩み1 すれて痛いのは筒回りと足のサイズがアンバランスなのが原因

解決策 かかとフィット

かかと部分がピッタリとフィットするようにキレイなカーブを描いたものがベスト。

柔らか素材

ソフトなレザーやスエードは肌あたりがよく、柔らかなはき心地。しかも軽いものが多い！

筒回りが調整の効くもの

レースアップなど、筒回りを微調整できるタイプでブーツの中での足ずれを防止。

→P88へ

お悩み2 疲れるのは、足裏のフィット感不足が原因

解決策 トゥのソリがあるかを確認

ソリがあると蹴り出しがスムーズ。ソールが厚いほどこのソリがキーポイントに！

足裏の厚みがあるかを確認

程よい厚みのソールで、走ったときの衝撃を吸収。肉厚タイプなら軽さもチェック！

→P90へ

基本の条件：ヒールは2cm～7cm

ブーツは安定感があるので油断しがち。試着時に速歩きして、前すべりのチェックを！

トレンドも安定感もカバー！

太めヒールで抜群の安定感が人気の乗馬ブーツ。レザーとスエードの切り替えでニュアンスを。¥27,720／インディヴィ（モーダ・クレア）

ベーシックなお仕事タイプ

H6

オフィスにもなじむブラックスエード。トゥのフリルがキュート。太めヒールもポイント。¥6,195／ジェリービーンズ

H3.5

芯が入ったタイトめかかとなら抜群の安定感。チェーンコサージュ付き。¥34,650／ケイト（トレ トレ 新宿店）

H2

フィットするゴム引きのはき口で、ヒールはロー。そったトゥもうれしい。¥5,900／ヴェリココ（マルイ）

H1.5

エナメルキルティングでソフトな肌あたり。冬コーデに映えるホワイトがオススメ。¥14,490／ジュレ（オギツ）

H4

衝撃を吸収する厚手のインソールにも注目したい！ ¥30,450／リュ・ド・ラ・ポンプ（ヒットマン プレスルーム）

H3

ヒールの高さもベストバランス。¥26,250／イタリー メイドバーク マンション（ヒットマン プレスルーム）

H4

ブラックビジューが大人っぽく、太ヒールが普段使いに最適。¥23,100／インターショシュール（アナトリエ 神南店）

H6

ツイード素材でもウエストまで芯が入っているから形崩れを防止。¥27,300／メダーニ（アナトリエ 神南店）

太めローヒールで、1日アクティブに過ごせるパンプスは必ず押さえておきたい。リボン付きパンプス¥6,195／トゥインクトゥインク（三鈴商事）レース切り替えブラウス¥14,700／ジネス（ジネス ルミネ立川店）カーゴパンツ¥19,950／グレースコンチネンタル 渋谷パルコ店 ファーティペット¥9,870／メルローズ

Part.1 駅まで最速！ 足のタイプ別カタログ

"足痛" の原因は土踏まずからかかとにかけてのフィット感にあり！ そこをしっかりホールドし、チェック項目が多い足指の形にあわせたトゥをセレクト！！

親指が一番長く、湾曲しやす…型

蝴蝶网 hudie.com

親指が長い分、トゥがあたって負担が集中するからラウンドやオブリークトゥがオススメ。

指型サンプル

こんなトゥをさがせ！

起こりやすいトラブル
- □ 親指が圧迫される
- □ 親指の付け根が痛い
- □ 外反母趾気味
- □ 巻き爪になりやす

"大人のリボンでスパイスをきかせる"

足浮き防止のストラップ

H1

スナップボタン留めのストラップで着脱は簡単&スピーディ。¥12,390／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）

H0.8

女性らしさが引き立つ浅めのデザインもサイドからのストラップで脱げを防止。¥8,925／メルローズ クレール

H0.7

エナメルストラップは甲回りが厚い人でも微調整が可能なデザイン。¥7,245／ピュアシュール（イーボル）

H1.5

厚手インソールで、かかとに芯が入っていないローヒールは足休めに◎。¥5,900／オリエンタル トラフィック

H5

ストラップの付け根がゴムになっているから、フィット感を実感して！ ¥4,095／ヌォーヴォ（ABC-MART）

H6

リボン付きストラップは足首に近い分、ホールド力もパーフェクト。¥6,195／ル・キオネ（ジェリービーンズ）

何足も欲しいリ

H4.2

ツイードにはラメをミックス。太ヒールもチェック！ ¥10,290／ユナイテッド・カラーズ・オブ・ベネトン（オギツ）

H2.5

指の付け根があたる部分のクッション性を高めたリボンパンプス。¥12,800／マスミ（マスミ プランタン銀座店）

H5

クッションインソールで走ったときの衝撃を吸収。¥14,175／ダイアナ ウェルフィット（ダイアナ 銀座本店）

H3

ラインストーンをちりばめて、パーティでも役立ちそう。¥10,800／プールサイド（プールサイド渋谷109店）

H2.5

ヒールありのバレエシューズタイプ。早速、休日コーデに取り入れたい星柄スタッズ。¥9,345／ビーアンエンジェル

H2

トレンド満載のスパンコール!! ローヒールならショッピングもOK！ ¥6,19…／トゥインクトゥインク（三鈴商事）

1 H0.7

2 H1

3 H1.5

4 H1.2

5 H1.5

1.甲を深めに覆ってくれるから一体感も抜群。エナメルのローヒール。¥5,145／フラッパー（三鈴商事）
2.総スパンコールのリボン付きパンプスはシンプルコーデに取り入れたい。¥6,900／オリエンタル トラフィック
3.かかとの芯がない柔らかなはき心地。インソールもソフト。¥17,640／銀座かねまつ（銀座かねまつ6丁目本店）
4.すべりにくいソールと深めに覆う甲が特徴的。¥10,290／ユナイテッド・カラーズ・オブ・ベネトン（オギツ）
5.中のクッションが心地いいフェイクファーのダルメシアン柄。¥6,195／ミンクス（ジェリービーンズ）

H1

エナメルで切り替…ット柄パンプスは…したいときもお役…¥4,900／オリエンタル トラフィック

Column♥1 外反母趾のためのパーフェクト対策グッズ

1.飾りが付いたパンプスもトゥのソリで快適に歩けます。¥11,550／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）
2.ハイヒールをはいた次の日はフィットするタイプをセレクトしたい。¥14,490／ジュレ（オギツ）

vimee.net

ソリがPoint!

トゥが上がってフィット感も抜群

+

痛み軽減の"外反母趾楽歩"
親指と人差し指で固定するリングタイプ。柔らかなエラストマー樹脂。左右兼用1個入り。¥819／木原産業

指先を締め付けないローヒールパンプスやフォローグッズを活用！

柔らかトゥ ＋ 外反母趾用グッズ で完成！

ーシックなお仕事タイプ

ブタイプのビジューは取るのでシーンに応じて使たい。¥17,850／メダ(モージャコモ)

H2

女性らしく斜めにカットされたはき口もローヒールでバランス○。¥5,145／トゥインクトゥインク(三鈴商事)

ン風のパイピングでONにもスパイスをきかせ7,800／マスミ(マスミタン銀座店)

H2

前すべりしにくいローヒール。トゥのスエードフリルがエレガント。¥24,150／ブラセ(トレトレ 新宿店)

からウエストまで芯が働ット感は抜群。¥17,640かねまつ(銀座かねまつ店)

H2.5

エナメルをレイヤードしたようなデザインのローヒール。¥17,000／ミュリエ(マスミ プランタン銀座店)

のリボン付きパンプスは厚みのインソール。¥15,ナラジョーンズロンドンバー渋谷店)

H3

アウトソールにはすべり止めのカットが入ったエナメルの型押しモデル。¥31,500／ムニャイ(トレ トレ 新宿店)

人差し指が長く山型になっている
ギリシャ型

親指よりも人差し指がとび抜けて長いため、先が尖ったポインテッドトゥが最適。

指型サンプル

こんなトゥをさがせ！

起こりやすいトラブル

- □ 人差し指が詰まる
- □ 人差し指の指先が痛む
- □ ハンマートゥ気味
- □ 指に摩擦によるタコが！

“スッキリ魅せるシャープなトゥ”

スパンコールのウエッジソールでサイドルックにもこだわったインパクトパンプス。ピンクスエードも着こなしのアクセントに。スエードパンプス¥16,800／バッファローロンドン(シューバー渋谷店) チェック柄ワンピース¥12,600／レイ ビームス(レイ ビームス代官山) タイツ¥840／靴下屋(タビオ)

甲も押さえるストラップ

ベルトに、ヒールにはスタッセントをプラス。¥6,195／トトゥインク(三鈴商事)

H3.5

メタリックなシルバーのポイント使いが目を引くゴムベルト付きのモコモコパンプス。¥12,600／フィン

H6

太いゴムベルトとトゥのソリで歩きやすさを追求した1足。¥10,290／ラバーソウル(ビバ・サーカス)

まで入った芯とストラップ快適に過ごせます。¥43,050ォッフォ(トレ トレ 新宿店)

H6

サイドオープンでもストラップ付きなら安定感に違いあり！ ヒールも太めで好バランス。¥19,950／ピリカ(卑弥呼)

H5.5

Tストラップパンプスにはファーが付属。イメージチェンジできて大助かり！¥8,295／ジェリービーンズ

Column♥2

“前すべりの痛みががまんできない”という人には

クッションや内貼りシートなど、つま先に優しいグッズをご紹介。

指先フィットグッズで解決！

低反発“つま先クッション”

つま先に入れるとピッタリフィットする低反発ウレタンクッションで指先の痛みを緩和。消臭効果もあり！¥630／木原産業

or

“スレンダーフィット”

インソールに貼って前すべりと底マメを防止。つま先にかかる衝撃を吸収するから長時間立ちっぱなしでも疲れを緩和。¥945／R&D

脱マンネリアニマル

H2

ヒールもレオパード柄のファーパンプス。浅めウエストがセクシー。¥5,145／トゥインクトゥインク(三鈴商事)

H1

シルバーのダルメシアン柄にビジュー付きのインパクトも十分なローヒール。¥5,900／ヴェリココ(マルイ)

H2

インソールはウエストまでクッション性を追求。旬のレオパード柄。¥9,240／ラバーソウル(ビバ・サーカス)

H3.5

レオパード×エナメル、ポインテッドでクールな足元に。¥22,050／銀座かねまつ(銀座かねまつ6丁目本店)

H3.5

疲れにくいウェッジだからメインの1足として押さえておきたい。¥7,800／オリエンタル トラフィック

H3.5

ダルメシアン柄のハラコパンプスでトレンドをon！¥22,050／銀座かねまつ(銀座かねまつ6丁目本店)

トレンドスタッズ

H1

トゥとかかとにスタッズを打った今季の注目株。¥45,150／シー バイ クロエ(フリーズ ショップ 渋谷店)

H5.5

リボンやスタッズ、ハトメで着こなしにガーリーロックなテイストを。¥12,600／プラッシュ&ラッシュ 表参道ヒルズ店

H2.5

かかとのみに芯を入れた1足。メタルドットがスパイスに。¥10,290／ジェネリーク(パサージュ ミニョン)

H6

ウエスト[illegible]深めた[illegible]っかりと甲をホールドするリボンパンプス。¥30,450／ダンナ(トレ トレ 新宿店)

H6

スタッズがハードな印象でも、柔らかなインソールでソフトなはき心地。¥12,600／アラバマ(シューバー渋谷店)

H2.5

星形スタッズで遊び心を添えて。¥7,350／プライヴリラクシング(ビバ・サーカス プライヴ リラクシング)

vimee.net
蝴蝶网 hudie.com

ベーシックなお仕事タイプ

H6
程よく柔らかなインソールで高めヒールもカバー。トゥにはゴールドの大きめバックル付き。¥13,545／フィン

H5
芯が機能する丁寧な作り。クリップタイプのコサージュ付き。¥18,690／銀座かねまつ（銀座かねまつ6丁目本店）

H3
リラックス感のあるゴム引きモデル。エナメルベルトで横伸びを防いでくれる。¥13,440／ジュレ（オギツ）

H2
長時間はいても疲れにくいソリのあるローヒール。ビジュー付きでルックスも◎。¥10,500／ワグ（モーダ・クレア）

H3.5
極太ヒールとメタル飾りで存在感も十分。エナメルで艶感をプラス。¥28,350／ダンプラ（トレトレ 新宿店）

H2
ローヒールのウエッジパンプスはシックな表情のベロア×フリンジ。¥29,400／ダンナ（トレトレ 新宿店）

H2
コチラもローヒールのウエッジ。Wリボンで女性らしさをアピール。¥27,300／ダンナ（トレトレ 新宿店）

H1.5
光沢感のあるブラックでお仕事スタイルに差をつけるローヒール。¥10,500／ワグ（モーダ・クレア）

親指から中指の長さがほぼ同

スクウェア型

ほぼ一直線の親指から中指にあわせたスクウェアトゥで、両サイドの指にかかる負担を軽減。

指型サンプル

こんなトゥをさがせ！

起こりやすいトラブル

- □ サイドから圧迫される
- □ 魚の目、タコができる
- □ 小指の爪が変形
- □ 爪先が幅広い

“サイドの指も快適な幅広トゥでお仕事も◎”

2トーンの切り替えが大人っぽいパンプスはリボンで ートな表情も。リボンパンプス¥10,290／ダイアナ（ アナ 銀座本店） ジャケット¥27,300／メルローズ ¥12,600／ティアラ スカート¥17,850／レベッカ ー（レナウン） ネックレス¥13,650／アパハウス・ドゥ ット（アパハウスインターナショナル）

ホールドストラップ

H4.5
足に優しいウォーターマッサージインソールを採用。太ヒールも心強い。¥21,000／カムイ（卑弥呼）

H5
太ヒールにウイングチップのクラシカルな組み合わせが冬コーデにマッチ。¥12,390／イング（オギツ）

H0.5
斜めストラップで甲を広くサポート。フラットに近いリラックスモデル。¥10,500／ジャゼ（モーダ・クレア）

H5
コンフォートインソールと足首に近いストラップでリピートしたいはき心地。¥21,000／カムイ（卑弥呼）

H5
空気をたっぷり含んだソールで衝撃を吸収する“アクティブエア”。¥16,590／クラークス（クラークスジャパン）

H3.5
土踏まずのクッションなど、フィット感が自慢。極太ヒールでさらに走りやすい！ ¥21,000／カムイ（卑弥呼）

トレンドキラキ

H3
トゥのカラフルビジューとファーボンボンがガーリーなシャイニーパンプス。¥6,195／ジェリービーンズ

H1
リボントゥとゴールドの総スパンコールに釘付け!! ¥15,750／ファビオルスコーニ（ルビーリベット 有楽町）

H1
ラインストーンとビジューコサージュで主役級の存在感。¥13,650／ドッツ・オン・ドッツ（メゾン ルージュ）

H4
フォーマルなサテン。¥14,700／クッコディ マル ブレット（ギルド ジャコモ ギャラリー オン ザ ウェーブ）

H1.5
スパンコールのコサージュでデイリースタイルにトレンドをミックス。¥9,975／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）

H6
ラインストーン付きリボンはクリップタイプだから2WAYで楽しんで。¥11,550／ラバーソウル（ビバ・サーカス）

Column♥3

“微妙にフィットしない”という人には

快適インソールや、かかとのフィット感をアップさせるグッズがオススメ。

サイズ調整㋠のグッズ で解決！

貼るだけ“かかとサポート”

ソフトなクッションシートをパンプスのかかと部分に貼って、ズレを防止&摩擦を軽減。低反発ウレタンを使用。¥630／

or

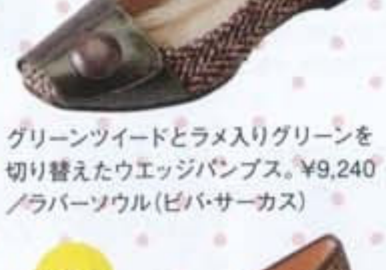
快適インソール“らくじき”

パンプスの中に入れると甲が上がり、前すべりを予防し、曲がった指を圧迫から解放。また、足が薄い人にも◎。¥2,100／福和

大人なツイード

H6
トレンドのパープルツイードにエナメルのパイピングをプラス。¥17,325／エーボンブ（モード・エ・ジャコモ）

H4
品のあるツイードで足もと美人に。¥15,225／フローチェ（ギルド ジャコモ ギャラリー オン ザ ウェーブ）


H4
グリーンツイードとラメ入りグリーンを切り替えたウエッジパンプス。¥9,240／ラバーソウル（ビバ・サーカス）

H4
トゥに並んだ小さめリボン ¥15,225／フローチェ（ モ ギャラリー オン ザ ウ

H3.5
もと を演出するツイード素材に リボンをON。¥10,290／ユナイテッド・カラーズ・オブ・ベネトン（オキツ）

H3.5
太ヒールとカット入りの ールが走りやすい ディッシ（ジャコモ・リュ

Part.2 お悩み別 ブーツカタログ

乗馬やニーハイ、ムートンなどトレンドブーツも大集合! 見た目だけじゃなく、疲れや痛みを軽減するポイントを押さえているからダッシュだってできちゃいます!!

悩み① "痛い"

「ブーツで痛い」は前すべりが原因。試着のときには、サイズが合っているかをチェックすることがマスト。筒回りの長さを調整できるもの、または柔らかい素材を選ぶ[illegible]。

蝴蝶网 hudie.com

Point
バックがレースアップだから筒回りの微調整もお手のもの。

ブーツ¥12,800／オリエンタル トラフィック ワンピース¥9,975／ジェイビーガール、キュロットパンツ¥11,550／ジョリーデイズ(ともにジョリー ブティック) ネックレス¥19,950／マリー ロール シャモレル(スピック&スパン アクセソワーズ ディアモール大阪店) タイツ¥840／靴下屋(タビオ) バッグ¥27,300 マチェール(マチェール本店)

ントで調節可 エンジニアブーツ

ショート丈に3本ベルトがクールな印象。プチプラも大歓迎。¥8,295／ミンクス(ジェリービーンズ)

ニアもショート丈 ーリーテイストと でくれる。¥14,4 ーキンススポーツ MART)

大人のエンジニアとして注目したいスエード切り替え。¥23,730／MK ミッシェルクラン(モーダ・クレア)

スタッズを打ち込んだベルトや程よい重厚感がワーク系アイテムと相性抜群。¥9,345／フラッパー(三鈴商事)

トゥはぽっこりとした本格派。はき口のベルトで微調整が可能。¥15,540／フィーフィー(シューバー渋谷店)

ブラウンのレザーに ルドのバックルが際 1足。¥19,950／ユ ー(モーダ・クレア)

A1 筒回り関係なし! ブーティ

安定感のあるスクウェアヒールにゴールドボタンがワンポイント。¥6,900／オリエンタル トラフィック

高めヒールでもジップ仕様のフィット感が痛みを解消。¥36,000／銀座かねまつ(銀座かねまつ6丁目本店)

シンプルなウエッジ。¥12,600／クッコ ディマル ブレット(ギルド ジャコモ ギャラリー オン ザ ウェーブ)

レースアップで甲をしっかり固定し、くびれヒールで女性らしさをアピール。¥10,290／オフ ザ ウォール

4 筒回りが調整できる 編み上げブーツ

唯美网 vmee.net

切りっぱなしのラフなルックス。内ジップの計算されたフィット感が○。¥7,875／エル プラネット(デニム インフォ)

メンズライクなフロントレースアップ。足首を締めた美フォルム。¥20,790／ロマン ロック(ローズ バッド)

内ボアの高い防寒性が人気。リボンがさり気ないアクセント。¥18,900／ワシントン(銀座ワシントン銀座本店)

筒部分の内装はクッション性があるため、密着してもソフトな感触のレースアップ。¥10,290／オフ ザ ウォール

スエードの折り返しブーツは後ろがレースアップ。内側はジップ仕様。¥24,990／ダイアナ(ダイアナ 銀座本店)

A3 フィット感のよいショートブーツ

フィット感を調整できるレースアップブーツで内側のすれを解消。¥14,700／スティルモーダ(アナトリエ 神南店)

はき口は革ヒモでキュッと絞れるデザイン。ニットの柔らかな質感も魅力。¥15,750／ジャセ(モーダ・クレア)

シワを寄せた折り返しブーツ。リボンで後ろ姿もスタイルアップ。¥6,195／トゥインクトゥインク(三鈴商事)

なじみやすい質感とウェッジが人気の秘密。¥24,150／オゥ バニスター(アバハウスインターナショナル)

ゴールドスタッズ&タッセル付き。¥27,300／アバハウス・ドゥヴィネット(アバハウスインターナショナル)

A5 ソフト素材のニーハイブーツ

ニーハイブーツは素材の柔らかさが決めてだから、スエードもオススメ。¥13,440／フラッパー（三鈴商事）

ボルドー×シルバーメタルの個性派。ジップ仕様の密着フォルム。¥24,990／パオラ フェリー（ローズ バッド）

ソフトレザーにベルト付き。エンジニアブーツ。¥13,440／イリマ バイ ピュアエレガンス（イーボル）

細かなスタッズを打ち込んで、大人のエッセンスを注入したスエードブーツ。¥8,295／ジェリービーンズ

スエードの折り返しははき口が素肌にあたっても柔らかなタッチ。¥19,800／ルージュヌール（マルイ）

シンプルブラックにウエッジソールなら活躍の場が広くなりそう。¥15,540／デア ディア（デア ディア 渋谷店）

そったトゥでたくさん歩く日も疲れを軽減。全体は柔らかな仕上げ。¥22,050／ジャゼ（モーダ・クレア）

1.ベルト付きエンジニアタイプはジップ仕様。¥29,400／ディア レイラ バイ ブロンディ（ブロンディ 渋谷店）
2.折り返しもできるスエードで肌なじみも抜群。軽さもポイント！ ¥14,490／デア ディア（デア ディア・渋谷店）
3.内ボアにスタッズなど今季のトレンドを凝縮した1足。バックリボンにはタッセル付き。¥13,440／ジネット

1.インソールもムートンでフカフカ！ ¥26,250／アバハウス・ドゥヴィネット（アバハウスインターナショナル）
2.レッグウォーマー感覚ではけるソフトタッチなニットブーツ。¥21,000／ケイカ（ケイカ コーポレーション）
3.ガーリー度満点のレースアップ×ファー。2足目ならピンクも欲しい！ ¥16,590／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）

A6 はき心地最高！ ムートンブー

今季はカラームートンも大注目。パープルは必見！ ¥28,350／アグ®オーストラリア（デッカーズ ジャパン）

折り返しを伸ばすこともできるファーブーツ。¥27,300／アンドレア エム（スピック&スパン BC SALON 渋谷店）

ライン入りファーブーツはこのボリュームでも軽い足取り。¥7,245／イリマ バイ ピュアエレガンス（イーボル）

ムートンブーツもレースアップならスマートな印象。¥12,600／ジル スチュアートシュー（モーダ・クレア）

カジュアルなステッ
ークでニュアンスを
た1足。¥15,540／
ナ（ダイアナ 銀座本

A7 お仕事仕様も登場！ ニットブーツ

⬅大きめボタンとこのボリューム感で脚細に見せる♥ ¥24,150／アグ®オーストラリア（デッカーズ ジャパン）

⬅かかとはスエードでしっかり補強し、形崩れを防止。¥24,150／アグ®オーストラリア（デッカーズ ジャパン）

➡防寒対策もバッチリな足もとはリボンでガーリーに。¥33,600／アグ®オーストラリア（デッカーズ ジャパン）

➡ニットの柔らかな雰囲気とかかとやトゥ、ベルトのレザー使いがマッチ。¥15,750／ユニティー（モーダ・クレア）

⬆部分的に編み
えてクシュクシュ
たシルエットに。
0／ケイカ（ケイカ
レーション）

慧美网 vimee.net
蝴蝶网 hudie.com

…はき口から見えるファ…目もあったか。ブー…0／ユニティー（モ…ア）カーディガン¥…ジネス（ジネス ルミ…）ワンピース¥19,9…ーク バイ ランゲージ…バイ ランゲージ 原…カート¥9,975／フリ…プ（フリーズ ショッ…）バッグ¥14,700…ス

お悩み② “疲れる”

足裏のフィット感不足&衝撃から疲労が。「トゥのソリ」「足裏の厚み」のある、長時間歩いても疲労しにくいデザインのものを選んで！

A1 トゥのソリありの乗馬ブーツ

1.インソール全体にクッション性があるから長時間はいても疲れ知らず。¥22,050／ヌォーヴァ（ローズ バッド）
2.内側にジップを配し、足首ベルトで引き締めた美脚シルエット。¥15,540／ル・キオネ リッシェ（ジネット）
3.乗馬ブーツもソフトなパープルスエードが新鮮。¥25,000／マスミ（マスミ プランタン銀座店）
4.冬のダークトーンコーデで際立つ切り替えがカジュアルスタイルに品をプラス。¥28,350／23区（オギツ）
5.はき口にカットを入れ、ゴムを隠しているからピッタリフィット。¥15,540／ヌォーヴォ（ABC-MART）

A2 足裏しっかり上品ウェスタンブーツ

1.ソフトな質感とトゥの光沢感がスタイリッシュ。¥22,050／ナナ（ザ・ファースト スタイル有楽町マルイ店）
2.味を出したスエードにシンプルなデザインが大人っぽい。¥15,800／プールサイド（プールサイド渋谷109店）
3.筒の内側はクッション性を持たせているからコストパフォーマスも大満足。¥5,145／ヌォーヴォ（ABC-MART）
4.ブラックにベージュステッチや太ウッドヒールが好相性。¥29,800／銀座かねまつ（銀座かねまつ6丁目本店）
5.足首がキュッと締まったスエードタイプ。¥51,450／アルベルト フェルマーニ（ヒットマン プレスルーム）

A3 着脱が楽なボア&ファーブーツ

1.レースアップでもジップ仕様だから着脱時はストレスフリー。¥23,100／カレン リップス（ローズ バッド）
2.ファーで優しく脚を包み込む折り返しレザーブーツ。¥25,200／アカクラ（アカクラ プレス ショールーム）
3.ムートンでもタイトなシルエットでボリューム控えめ。¥37,800／ウォッシュ（エッセイ 渋谷パルコ店）
4.スエードにリッチな質感のボリュームファーがプチゴージャス。¥20,790／ディージーエム（ローズ バッド）
5.筒の内側もファー+クッション性の高いライニング。¥14,490／フラッグ-ジェイ（アカクラプレスショールーム）
6.シワを寄せたレザーで見た目もソフト。ボタンでカジュアルな雰囲気もプラス。¥19,740／イング（オギツ）

Column♥4
美脚に見せるインソール

フラットなブーツでも美脚に見せるなら、インヒールをプラスして！

“ヒールアップサポート”
軽く、はき心地のいい合成コルクだからブーツの形に合わせて簡単に削れるハーフインヒール。1〜3cmの3サイズ。¥1,785／村井 お客様窓口

or

“スレンダー楽歩 …ルインソール”
…をキレイに魅せるブーツ用インソール。衝撃を吸収するEVAスポンジで、ズレにくいフルサイズ。2…4cmを展開。¥998／木原産業

※2cmのもの

vimee.net
蝴蝶网 hudie.com

蝴蝶网 hudie.co

Part.3

噂の steady.読者の悩みを解決してくれた リピートダッシュパンプス&ブーツ

読者がリピート中のパンプス&ブーツで、足が大きいor小さい、偏平足気味など、みんなの悩みをクリアに！ 一度試すと手放せない、リアルな愛用モデルが大集合です。

recommend★1

「偏平足が最近発覚。1足だけ、立体インソールのパンプスを買ったら断然ショッピングが楽に。すごく歩く日の必需品です」

小野口澄子
（メーカー勤務・25歳）

1 H7 立体インソールがお役立ち

2 H7 ベルトでさらにコンフォート

3 H2 崩れた土踏まずのアーチを形成

4 H6.5 厚手クッションが長歩きに効果的

1.土踏まずやかかとが立体になった快適モデルのスクウェアトゥ。¥16,800／クラークス（クラークスジャパン）
2.ベルトでフィット感を高めているからハイヒールも挑戦しやすい。¥16,800／クラークス（クラークスジャパン）

3.インソールの縁を盛り上げて土踏まずをしっかりサポート。¥6,195／イリマ バイ ピュアエレガンス（イーボル）
4.インソールの土踏まずとかかと部分が厚手に。¥6,195／イリマ バイ ピュアエレガンス（イーボル）

recommend★2

「足のサイズが小さめなのが悩み。でも、マルイで小さめサイズを発見! 普段は大きめをはいてかかとがすれて痛いのを我慢していたので、もう1足買う予定」

岡部紗也香さん
（サービス業・27歳）

1 H6 小さめさんもエナメルで大人顔

2 H3 無理なくはける3cmヒールも注目

3 H6.2 インソールもはき心地を追求

3.シャイニーなキルティングインソールではき心地も合格！ 20.5～21.5㎝。¥15,540／クリスタルシルフ（マルイ）

1.小さめサイズでもスタイリッシュなデザインを発見!! ¥14,700／ワシントン（銀座ワシントン銀座本店）
2.こちらのブランドはトレンドのツイードも20.5～22㎝で見つかる！ ¥11,340／クリスタルシルフ（マルイ）

recommend★3

「足が大きいので、卑弥呼の小さめサイズを使用しています。ストラップタイプを買ったら長時間の歩行がもっと楽に！」

太田真由美さん
（金融関連勤務・26歳）

1 H6 前にすべらないようストラップで固定

2 H8 豊富なバリエからツイードも発見！

大きめ…オーロ…

1.深めの甲で安定感に違いあり！ 2連ストラ…なエナメルモデル。¥21,000／ビリカ（卑弥呼…
2.ラメ入りスエードのギャザートゥパンプス…ソールも痛み解消のポイント。¥16,800／卑弥…
3.シンプルコーデに映えるレインボーカラー…にオススメのラウンドトゥ。¥16,800／卑弥呼…

recommend★4

「仕事で外出が多いので、コンフォートパンプスやブーツを愛用中。丈夫で長持ちなのも嬉しい！」

上田麻…
（マスコ…

1 H7.5 L36 ライニングの厚みもこだわり

2 H6 L37.5 美脚シルエットも定評あり！

3 H6.5 クライアントウケも好調♥

4 H… 圧迫感が少…ソフトな印…

1.ライニングが柔らかならタイトめシルエットでもOK。¥19,950／マリー フェンメ（銀座ワシントン銀座本店）
2.フロントを厚手ライニングで切り替えたベルトブーツ。¥26,250／リズ ラフィネ（銀座ワシントン銀座本店）

3.ONコーデに最適なスクウェア型。芯で前すべ…プ！ ¥14,700／ワシントン（銀座ワシントン銀座…
4.トゥやウエスト部分がソフトなタッセル付き…¥27,300／銀座かねまつ（銀座かねまつ6丁目本…

recommend★5

「ON用とOFF用に靴を買う余裕がないので、2wayパンプスを愛用。会社帰りのデートにも◎」

根津香菜子さん
（公務員・26歳）

1 H2.5 偏平足気味でも可愛くはける！ 2way H1.3

2 +ファーでさらに冬仕様 2way

3 H2 パーティならリボントゥに！ 2way

4 H1.5 インソールもファーでフカフカ

1.コサージュでドレスアップ。インソールは土踏まずを盛り上げた快適モデル。¥7,900／ヴェリココ（マルイ）
2.取り外せるファー付きのツイードモデル。¥6,195／フラッグ-ジェイ（フラッグ-ジェイ プレス ショールーム）

3.リボンなしでもキラキラで注目度UP！ ¥7,245／フラッグ-ジェイ（フラッグ-ジェイ プレス ショールーム）
4.スエードパンプスにポンポンを付けるとキュートな表情。¥10,800／プールサイド（プールサイド渋谷109店）

recommend★6

「背が低いのでローヒールはNG。でも足が痛いのも限界だったので、売り場で相談したら、プラットフォームをすすめられました！ 絶対試してみるべき…

星 千尋さん
（学生・20歳）

1 H7.5 カラーが映えるスクウェアトゥ

2 H11 トレンドだってはずせない！

3 H8.5 颯爽とはけるスエードパンプス

1.はきやすさはもちろんボリュームも着こなしのポイントとなるレザーパンプス。¥21,000／卑弥呼
2.スタッズでトレンドもミックスしたウッドヒールモデル。¥21,000／シェリーズロンドン（シューバー渋谷店）
3.ハイヒールでもプラットフォームなら疲れを緩和。¥23,100／ジョニ（スピック&スパン BC SALON 渋谷店）

1 H10 L20.5 華奢なヒールも厚みでカバー

2 ニーハイで脚長効果も大！

厚めソー…スマート…

1.憧れの華奢ヒールもプラットフォームで取り入れて！ ¥46,000／銀座かねまつ（銀座かねまつ6丁目本店）
2.バックには取り外し可能なファーポンポン付き。¥29,400／ワシントン（ワシントン ルミネエスト新宿店）
3.ソフト&シンプルなハイヒールブーツでスタイルアップ。¥42,000／銀座かねまつ（銀座かねまつ6丁目本店）

recommend★7

「ブーツを毎年買い替えられないので、長さを変更できる2wayを愛用。コーデにあわせて使い分けています」

津田裕加さん
（音楽関連会社勤務・27歳）

瑞丽网 .net

H6.5 L13～29 印象をガラリと変えられる2way！ 2way

H5 L15.5～24.5 折り返すと上品な異素材コンビ 2way

フリンジブーツを伸ばすとメッシュブーツに変身！ ¥29,400／アバハウス・ドゥヴィネット（アバハウスインターナショナル）

折り返したときもリボンで足首を引き締めて大人っぽい印象。ON使いにも最適なインソールも必見。¥33,600／カムイ（卑弥呼）

赤フレームめがね¥31,500／マーク ジェイコブス コレクション（サフィロジャパン）ニット¥13,650／アバハウス・ドゥヴィネット（アバハウスインターナショナル）ストール¥2,992／アースミュージック&エコロジー（アース ミュージック&エコロジー新宿）

私に似合う
めがねフレーム
を見つけた♥

ブランド&デザインで選ぶめがね & タイプで選ぶコンタクトレンズ

おしゃれなアイウェア

デイリーで使うものだからこそ、じっくりと選びたいアイウェアをクローズアップ！
ブランドやデザインで選ぶめがねから、タイプで選ぶコンタクトレンズまでが勢ぞろい。
あなたの好みやシーンに合わせてピッタリなものを見つけちゃって♪

撮影／[人物]広岡雅樹、[静物]片岡 祥(PPI)、[読者]関戸聡子　スタイリング／為井真野(kind)　ヘア&メイク／大島清子(foraima)　モデル／平野由実　●掲載商品のお問い合わせ先リストはP.158にあります。

慧美网
vimee.net
蝴蝶网
hudie.com

Brand & Design Glasses

ブランド&デザインで選ぶ めがね

好みや人気のブランドから、色や形にこだわったデザイン性のあるものまでラインナップ。ピッタリ似合う自分だけのめがねがあるはず！

ハイブランドめがねの代名詞
GUCCI
グッチ

ハイブランドのめがねを探すなら、まずはトライしたい『グッチ』のめがね。上品な雰囲気で大人っぽい。

自慢のGGマークがサイドにキラリと光る

メタリック×カラーのコンビでクールに！

(上)サイドGGマーク入りべっこうフレーム¥33,600、(下)メタル×ボルドーフレーム¥33,600／ともにグッチ(サフィロジャパン)

上品なブランドならこれがオススメ
FURLA
フルラ

さりげなく上品な雰囲気をアピールできるブランド
上品なデザインのフレームには定評があります。

上品な茶色フレームで落ちついた雰囲気を演出！

目立つ赤べっこうこそブランドで選ぶべき！

(上)サイドお花ライン
トーンフレーム¥19,9
(下)赤べっこうフレ
¥19,950／ともにフ
(デリーゴジャパン)

シンプルなブラックのおしゃれなスクエア型

メタルフレームで周囲より大人っぽく

(上) サイド白ライン入り黒スクエアフレーム¥16,800、シルバーメタル×サイドロゴ入りフレーム¥16,800／ともにマーク バイ マーク ジェイコブス(サフィロジャパン)

日本に新上陸したブランド
MARC BY MARC JACOBS
マーク バイ マークジェイコブス

日本で取り扱いをスタートしたばかり。ファッションと同じくおしゃれ感度の高いデザインが魅力的！

ネイビーのスクエア型でおしゃれにクールに♪

長く愛用できる定番カラーとデザイン

(上)ネイビーフレーム¥27,300、(下)こげ茶フレーム¥30,450／ともにヴィヴィアン・ウエストウッド アクセサリー(ヴィヴィアン・ウエストウッド インフォメーション)

定番人気のめがねブランド
Vivienne Westwood Accessories
ヴィヴィアン・ウエストウッド・アクセ

長く愛用できるブランドめがねの代表格。
特徴のあるブランドのマークも根強い人気！

華やかなパープルで品格のあるレディ気分に♪

べっこうめがねはどんなシーンにもピッタリ！

OL人気ナンバー1のブランドめがね
MAX&CO.
マックス&コー

めがねの人気ブランドを探すならOL人気ナンバー1はコレ。かけやすい大人っぽいフレームに定評。

(上) 上品で華やかなパープルのフレーム¥14,700、(下) 落ち着いたべっこうのフレーム¥14,700／ともにマックス&コー(サフィロジャパン)

どんな服にもマッチする淡いグレーのフレーム

知的でおしゃれなめがねはこれに決定！

幅広いシーンで使えるブランドめが
agnès b
アニエスベー

シーンを選ばず使えるブランドは『アニエスベー
おすすめ！ 幅広いファッションにもピッタリです。

(上)グレーサイドロゴ入りフレーム、(下)黒×サイドメタルコンビフレーム。ともにオープン価格／ともにアニエスベー(セイコーオプティカルプロダクツ)

蝴蝶网 hudie.com
慧美网

定番フレームをマーブルデザインでおしゃれに♪

定番の黒の丸型フレームに、マーブル状にクリア色をプラス。サイドにラメが入っていて軽やかな印象に。¥26,250／カラフ（トゥーランドット）

黒のオーバル型に星柄でキュートに★

定番のオーバル型のブラックフレーム。サイドのさりげない星柄でキュートな印象になります。¥5,250／ゾフ（ゾフ表参道本店）

内側のドット柄が明るい雰囲気に

内側のドット柄がチラッと見え、おしゃれで明るい雰囲気のフレーム。丸型でポップです。¥7,990（レンズ代込み）／ジンズ（ジンズ原宿店）

…なスクエアフレームが…ゃれガールにピッタリ!

…な大きなスクエア型フレーム…80年代風スタイルにあわせて…ゃれにかけたい。¥23,100／レ…ン（ミラリ ジャパン レイバン）

シンプルで使いやすい!

モノトーンフレームめがね

明るめのべっこうで顔まわりが華やかに

明るめべっこう色で顔映りがよく華やかな印象になる、定番のスクエア型フレーム。¥7,990（レンズ代込み）／ジンズ（ジンズ原宿店）

私も愛用中です!

…モノトーンフレームめがね

高沢奈苗さん（メーカー勤務・25歳）

…見た目は黒でめがねの内側がパープ…ルのツートンめがねを愛用! 顔に反…射する部分が明るいので華やかな顔…まわりになるのがお気に入りです。

かけやすいこげ茶は誰にでも似合う鉄板色!

内側がカーキ色のこげ茶のオーバル型めがね。内側フレームの先に付いているウサギのマークも可愛い♥ ¥26,250／ポールスミス（マルイ）

ひとつは持ちたいシンプルデザイン

デザインもカラーもシンプルな黒のオーバル型めがね。どんなシーンでも使いやすいデザインなので持っておきたい。¥5,250／アルク

千鳥柄の内側で個性をアピール

濃い茶色のスクエア型フレーム。シンプルなモノトーンだからこそ内側に遊びをプラスするのも◎。¥5,250／ゾフ（ゾフ表参道本店）

お仕事シーンで大活躍!

メタリックフレームめがね

フレームサイドの繊細なデザインがキュート♥

マットな…ルフレームのサイドの繊細な…がポイント。…のピンク…可愛い…¥9,4 50／ゾフ（ゾフ表参道本店）

蝴蝶网 hudie.com

ブロンズメタリックがエレガントなフレーム

ブロンズ色のメタルフレームがエレガントなめがね。フレームのサイドにはお花の透かし模様が入っています。¥10,800／23区（マルイ）

上部メタリックでビジネスシーンにピッタリ

上部だけシルバーのメタリックフレームが付いている大人っぽいデザインのめがね。¥7,990（レンズ代込み）／ジンズ（ジンズ原宿店）

下側のメタリックフレームで上品に

黒のマットメタルが下側に付いているめがね。上側にフレームがなくアイメイクの邪魔になりません。¥7,990（レンズ代込み）／ジンズ（ジンズ原宿店）

私も愛用中です!

メタリックフレームめがね

水野…さん（マス…勤務・26歳）

…普段はコンタクトレンズで、目の調子…が悪い日は赤のメタリックフレームめ…がねで出勤。会社でも使いやすいメ…タリックで約2年使い続けています。

スクエア型のパープルメタリック

メタリックのスクエア型フレーム。ビジネスシーンに最適です。パープルメタリックなのでカジュアルにも合います。¥30,450／カラフ（トゥーランドット）

大人っぽく変身しちゃうオーバル型めがね

黒のメタルフレームで、かければ大人っぽく変身できちゃいます。長く愛用でき、どんな洋服にもあう定番のタイプです。¥5,250／アルク

慧聪网 vmeet

パープル&赤が人気!

カラーフレームめがね

人気ナンバー1の赤フレーム

赤のカラーフレームはナンバー1の人気の色。内側がグラデーションになっているタイプは誰にでも似合います。¥26,250／ポールスミス（マルイ）

クリアグリーン系はさりげなさが自慢!

デイリーに使えるクリア系のグリーンの丸型フレーム。明るい色は顔色が良くみえます。¥5,250／ゾフ（ゾフ表参道本店）

おしゃれな人に人気のパープルは濃い色が正解!

大きすぎないスクエアフレームのサイドロゴ付きめがね。濃いめのパープルはかけやすさが抜群です。¥23,100／レイバン（ミラリ ジャパン レイバン）

スクエア型の赤フレームでキュートガールに変身!

スクエア型の赤フレームに内側がチェック柄になっているガーリー度満点のめがね。¥5,250（レンズ込み）／ゾフ（ゾフ表参道本店）

パープル×ブルーのコンビのオーバル型

パープルとブルーのグラデーションオーバル型めがね。フレームのサイドにキラキラの模様入り。¥7,990（レンズ代込み）／ジンズ（ジンズ原宿店）

深いボルドー色で大人っぽいフレーム

大人っぽいボルドー系の赤フレームは品のある色。サイドのブルーラインもステキ♪ ¥5,990（レンズ代込み）／ジンズ（ジンズ原宿店）

私も愛用中です!

カラーフレームめがね

安岡あゆみさん（メーカー勤務・23歳）

パープルのスクエア型に一目ぼれをして購入! どんな服を着ていてもめがねをかけるとおしゃれさん風に見えるのでめがねは大好きです!

Chooses by the type Contact lens

タイプで選ぶ コンタクトレンズ

お医者さんに相談しながら、
あなたの眼の形や
使用の用途にあった
コンタクトレンズを探そう！

※コンタクトレンズは高度管理医療機器です。必ず眼科医の指示を受けてくださ

1週間連続装用タイプ

つけたまま眠れ、就寝前にはずす必要がなく、最長1週間連続装用が可能。朝、目覚めた瞬間から視界はクリアでレンズケアの手間がいりません。『アキュビュー』ディスポータブル・コンタクトレンズ オープン価格／ジョンソン・エンド・ジョンソン ビジョンケア カンパニー

1ヶ月交換タイプ

UVカット付きの1ヶ月交換ソフトコンタクトレンズ。乾き、汚れに強く、丈夫なので1ヶ月間快適な装用感。つけ始めた日の翌月が交換日になる1ヶ月サイクルで、交換日がわかりやすい点もポイント! シード マンスリーファイン UV オープン価格／シード

1日使い捨てタイプ

毎朝新しいものを開け寝るときに外して捨てるので、ケアが不要なのが最大のポイント。毎日交換するので汚れの心配が少なく、レンズがクリーン。忙しい人にピッタリの使い捨てタイプ。メニコン1DAY オープン価格／メニコン

2週間交換タイプ

高い酸素透過性と高い吸水性・水分保持性で瞳へのやさしさを徹底的に追求した2週間ソフトコンタクトレンズ。快適性能と、安全性能を両立していて、ストレスフリーなつけ心地がポイント。メニコン2WEEKプレミオ オープン価格／メニコン

長期使用コンタクトレンズ

ケアをしながら長く使用する一般的な長期使用レンズ、「ハード」と「ソフト」の特徴をこ
一般的に『O_2』といわれているレンズは、酸素透過性のあるハードレンズのことで

ハード

レンズ素材自体が酸素を通し、目の呼吸をさまたげないレンズ。装用感に慣れるまでに1週間ほどかかりますが、乱視矯正に優れ、目の異常に気づきやすいなどのメリットがあります。

ソフト

レンズ自体が水分を含むやわらかいレンズ。大きくてやわらかく、瞳にフィット
ので、激しいスポーツに適していま
日々の洗浄・タンパク除去で汚れを
ないようケアが必要です。

進化するケア用品

ソフトレンズをケアする際には、レンズにうるおい感を与えられるかが重要! エピカコールドアクアモアは、高いうるおい保持力で、レンズのつけ心地が快適に。もちろん洗浄、すすぎ、消毒、保存が1本で! エピカコールドアクアモア オープン価格／メニコン

私も愛用中です!

2週間交換タイプ

伊藤寿賀子さん（広告代理店勤務・26歳）

ソフトコンタクトレンズは何年も愛用。色々な定期交換型を使ってみましたが金銭的にもレンズケアの仕方も2週間タイプが私にはピッタリ。

サークルタイプ

レンズのふちに目の大きさを強調する色の入ったコンタクトレンズ。自然になじむ色で明るく華やかな目もとに。さりげない色でさまざまなシーンで活躍。『2ウィーク アキュビュー ディファイン』（ヴィヴィッド スタイル）オープン価格／ジョンソン・エンド・ジョンソン ビジョンケア カンパニー

私も愛用中です!

サークルタイプレンズ

筧沙奈恵さん（学生・22歳）

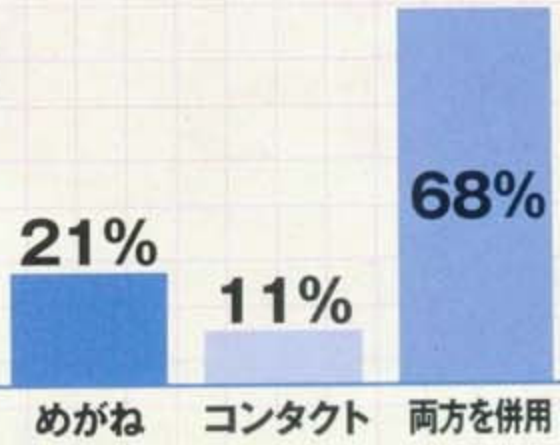
黒目の周りにほんのりと色がついているサークルタイプを愛用中。やっぱり目が大きく見えそうなので、一度使ってから手放せません。

意外と多数が愛用中! みんなの アイウェア 事情レポート!

Q1 めがねまたはコンタクトを使用している?

パソコンやテレビなどを見て生活してきたので、めがねかコンタクトを使用している人が多いみたい。使用していない人は、金
な負担や手間も全くなく、使用者から「うらやましい」の声多

Q2 めがね派? それともコンタクト派?

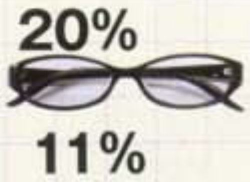


めがねとコンタクトを併用というパターンが最多。目の
のことを考えると、上手に併せて使うのがいいみたい。

Q3 使用めがねのフレームタイプは?

1位…カラー 33%

2位…モノトーン 20%



3位…メタリック 11%

意外に（?）、steady.読者人気No.1は、カラーフレーム。ファッションのポイントとしてキュートな差し色を選ぶ人が多いのかも。もはや重要なおしゃれアイテム!

Q4 めがねの形は?

1位…スクエア型 31%

2位…ラウンド型 22%

3位…オーバル型 10%

4位…その他 1%

第1位のスクエア型は、一番王道の形で、失敗せず誰でも違和感なく着けられるのが人気の秘訣。色で遊びつつも、形は王道というのが主流みたい。

Q5 使用めがねを選んだ理由は?

1位…デザイン性

2位…自分に似合う

3位…安いから

4位…ブランドが良い

5位…その他

ブランドは気にせず、好みのデザインで選ぶというのが最も多いよう。続いて、自分に似合うか否か。好みのものと似合うものが同じとは限らないのが難しいところ。

Q6 コンタクトの使用の種類は?

やっぱり一番人気はソフトレンズ。コンタクト初心者さんでも挑戦しやすいレンズであるほか、種類も豊富で自分にあったタイプが選べるのも人気の理由。

Q7 コンタクトのタイプは?

筧沙奈恵さん（学生・22歳）

レンズの清潔感と金銭面のバランスがいい2週間交換が1番人気。ケアが不要の1日使い捨て、お財布にやさしい長期使用も多数です。

Q8 コンタクトを選んだ理由は?

1位…ケアが楽

2位…安い

3位…お店で勧められて

4位…自分にあう

5位…疲れにくい

コンタクトを選ぶ理由は「ケアの楽さ」との意見が多数。最近は1本ですべてできるケア用品も充実。また毎日使用するものなので、金銭的な負担がかかりにくいものを選ぶのも重要なポイント。

うるCawa(カワ) eyeレッスン

ON でも、OFF でも、
わたしの瞳は 100%!

なんと!
コンタクトユーザーの8割以上が
“目の乾き”を感じている!

17.4%
乾燥感なし

乾燥感あり
82.6%

みんなが乾き目だからこそ、
差をつけるチャンス!

※ソフトコンタクトレンズ装用時の
乾燥感の自覚率(メニコン調べ)

1日中うるCawa(カワ)でいるために!

めざせ☆うるおいセレブ

「お手軽アイケア」レッスン☆

hudie.com
vimee.net

「目元が疲れているだけで、クタ〜い印象になっちゃうから、油断できないんだよな・・・」

Lesson! 1

うるCawa（カワ）コンタクトOLの基本はまばたきから！

●モニターと目の距離は40cm以上離す。
●視線が少し下がるように、高さ・角度を調節。
●アゴは突き出さないように気をつける。

◀パソコンやケータイのモニターを長時間見つめていると、まばたきの回数が減少して、レンズの乾きの原因になることも。長時間使う時は、意識的にまばたきの回数を増やしたり、窓の外を見つめたり、適度に休憩をいれて、目をリラックスさせよう。

"あれ、メイク変えたの？"だって。レンズの乾き対策しただけなのに！

Lesson! 2

アフター6もこれでバッチリ！ツボマッサージで瞳ビジン復活☆

▶せっかくのアフター6なのに、目の調子が悪いと思う存分楽しめない！そんな時は、目元のツボをマッサージしてリフレッシュしちゃおう☆

●攢竹（さんちく）…眉毛の内側のくぼみ
親指か人差し指で、最初は軽く徐々に力を加えながら指圧。

●晴明（せいめい）…目頭と鼻の根元の間にあるくぼみ
親指と人差し指でつまみ、リズミカルに指圧。

●四白（しはく）…目のすぐ下
人差し指の腹で、ゆっくりと押しながら○を描くイメージで指圧。

目のまわりを温めて血行を良くしてからマッサージすると、さらに効果的と言われているよ☆ ※効果には個人差があります。

Lesson! 3

技術の進歩も要Check！今、注目素材のコンタクト！

▶夕方になるとレンズが乾いちゃう！そんなあなたにはメニコン2WEEKプレミオがオススメ。メニコン独自の高性能素材を採用したシリコーンハイドロゲルのチカラで、1日中続くうるおい感を実現。今、要チェックなこのコンタクトがあれば、乾燥がピークに達する夕方からも、うるカワな瞳がキープできちゃうかも☆

メニコン2WEEKプレミオ

Lesson! 3.5

ケア用品にも気を使おう！

ソフトレンズにうるおいを与えるケア用品エピカコールドシリーズを使えばさらにGOOD

「女は目元が命！疲れ目じゃ、恋のチャンスも逃しちゃう。」

Lesson! 4

乱視だからって、あきらめないで。うるおい素材の乱視用レンズ。

▼乱視でお悩みのあなたにも朗報！メニコンが開発したメニコン2WEEKプレミオトーリックは、1日中続くうるおいはもちろん、ハイブリッドトーリックデザイン※でクリアで安定した視界を長時間キープ。あきらめかけていたうるカワな瞳をゲットするチャンス♪ ※メニコン独自のデザイン名。

乱視用も登場！
メニコン2WEEKプレミオトーリック

Lesson! 5

まずはレンズトライアルで相性をチェック！

メニコン2WEEKプレミオの快適さを、レンズ代金無料で気軽にお試しできちゃいます。PCサイトかモバイルサイトで「レンズトライアルチケット」を手に入れて、トライアル実施施設に来てくださいね。
※健康保険証と検査料が必要となります。※レンズトライアルは一部実施していない施設もあります。※本製品を初めてお試しいただく方を対象とさせていただきます。

メニコンホームページにある
「レンズトライアル実施中！」のバナーをクリック
www.menicon.co.jp

〈PR〉メニコン 0120-103-109（9:00〜18:00 日祝休み）
お願い：コンタクトレンズは高度管理医療機器です。必ず眼科医の指示を受けてお求めください。●装用時間・期間を正しくお守りください。●取扱方法を守り、正しくご使用ください。●眼の検査は必ずお受けください。●少しでも異常を感じたら直ちに眼科医の検査をお受けください。●添付文書をよく読み、正しくご使用ください。 ※うるおい感には個人差があります。
販売名：メニコン2ウィークプレミオ　医療機器承認番号：22000BZX00047

蝴蝶网 .com
慧美网 vimee.net

蝴蝶网 hudie.com

ムかる嬉しいアイテムだけ厳選!!

撮影／[人物]広岡雅樹〈モデル〉、関戸聡子〈読者〉、[静物]片岡 祥(PPI)
スタイリング／為井真野(kind)　ヘア＆メイク／大島清子(roraima)
モデル／美優、平野由実　文／藤田麻子　撮影協力／CAFÉ de la PRESSE、EASE
●掲載商品のお問い合わせ先はP.158です。

2way以上の優秀コート!

2way以上で着られる可愛さと機能性を持ちあわせたコートを選べば、着こなし次第で今から春まで大活躍☆絶対損ナシ！の優秀コートをステディ. が大厳選しました!!

3wayにシルエットがチェンジする おしゃれサプライズ付き

ライナーが取り外せるから 冬から春までブリッジして着られる!

リッジリン
RidgeRing
☎ 052-253-7787
(リッジリン名古屋パルコ店)

コート、ブルゾン、スカートと、着回しバリエも無限大に広がる3wayコートがワザあり！ ベルト付きツイードコート¥40,950／リッジリン（リッジリン名古屋パルコ店）タートルニット¥3,990／トピックラックス（トピックラックス新宿店）バッグ¥5,565／サックタイツ¥1,050／靴下屋（タビオ）

エフデ
ef-dé
☎ 0120-290-370
(フランドル)

モコモコのボアライナー付きで、薄手のコートもあったか。ベージュミリタリーコート¥24,150／エフデ（フランドル）花柄ブラウス¥8,925／ビバユー　タートルカットソー¥5,775、ショートパンツ¥12,600／ともにロペ　バッグ¥29,400／モダルー（シャンデリエ渋谷）タイツ¥630／エフィング（福助）

2way以上のコートってどういうコト?

季節にあわせておしゃれチェンジができるコートは、スタイリスト・まややも大注目☆

スタイリストまややがお答えします!!

たとえば美優が着たこのコートは…

1 ボアのライナーがはずせて春まで着られる！

内側に付いたボアは、ボタンで取り外せるから、春は薄手のスプリングコートとして活躍！

たとえば由実が着たこのコートは…

2 ボトム部分がはずせてライダースに！

なんとウエストラインでボトムが取り外せて、ショート丈のライダースにチェンジ！

3 さらに！付属の前あてを付けるとジャンパースカートに！

ジャンパースカートが1着増えれば、冬のコーデのバリエも広がるから、お得感◎。

とにかく着回しできて大活躍な…

慧美网 yime.net

Winter & Spring **2way以上が大前提！ 着回しバリエも**

真冬から春まで着られる

12月のコーデは…

キルティングのライナー付きでトレンチコートも冬仕様に

ル スーク
LE SOUK
0120-290-370
（フランドル）

ライナーが重なっているから、冬でも安心。トレンチコート¥33,600／ル スーク（フランドル） ファーブローチ付きストール¥3,045／チャイルド ウーマン バッグ¥4,410／アフターオール（インデックス） タイツ¥2,625／フクスケ・フォー・ウィメン（福助） ブーツ¥24,990／レックス モーダ（ミスティック 原宿店）

ライナー取れます

同じコートを3月に着るなら

ライナーなしのベーシックコートとして春先まで大活躍

ライナーを取り外せば、春コートとして暖かい季節も着られ。チュニッククブラウス¥3,990／アンレリッシュ レギンスデニム¥…／ミスティック（ミスティック 原宿店） バッグ¥59,850／サマンサタバサ（サマンサタバサ 新宿GATES店） ブーツ¥…／オゾック ネックレス¥6,090／ミミ&ロジャー

ニットにあわせる冬コーデではファー付きライダースとして

ファー取れます

アース ミュージック&エコロジー
earth music&ecology
☎ 03-3349-5676
（アース ミュージック&エコロジー新宿）

ショート丈のライダースジャケットは、リッチなファーえりが冬コーデにマスト。ライダースジャケット¥7,990／アース ミュージック&エコロジー（アース ミュージック&エコロジー新宿） タートルニット¥7,770／レストローズ チェックスカート¥15,750／レッセ・パッセ バッグ¥12,600／ディグレース（ビー・エックス） タイツ¥1,050／靴下屋（タビオ） ファー付きブーツ¥18,690／フィン

同じコートを3月に着るなら

春になったらファーを外してクールなジャケットにイメチェン

ファーを外せば、ライトな素材の春コーデともバランスよし。ドラウス¥5,145／メゾン ドゥ ブラージュ（シャンブル ドゥ シャ ティアードショートパンツ¥9,345／レイ ビームス（ビームス タ クラッチバッグ¥6,825／ビバユー タイツ¥1,050／靴下屋（タ

慧美网 vimee.net
蝴蝶网 hudie.com

6wayで着られるモッズコート

1way ファーがおしゃれなモッズコートです！

普通に着るとこんな感じ！
もこもこファーのボリュームが可愛いモッズコート。「着心地は暖かくていいですね」

comment! 今回のコート特集の中で1番着回しバリエが多かったのがこのアイテム！ファー、フード、パーカの取り外しができるんですよ！

2way ファーを外してシンプルコートに変身！

スッキリ着たいときに！
ファーがないだけで、コートの雰囲気も様変わり！「軽い感じになりますね」

3way ライナーのパーカだけでも着れちゃうんです！

ロングパーカがおしゃれ！
「ちょうどほしい丈のパーカです（笑）。ライナーなのに、これだけで使えるのがスゴイ！」

4way パーカのフードにファーを付けてもOK！

女のコらしいファーパーカ
パーカのフードがファーに変身！「もこもこのボリュームが可愛くて暖かいです！」

5way ライナーを外したコートは春先にも使える！

春になったら身軽に変身！
「さっきよりもかなり涼しく着れますね」。スプリングコートとしても大活躍。

6way フードも外せばスッキリ上品コートに！

細身ラインでシンプルに
モッズコートも、フードを外せばフェミニンに。「ウエストもしぼってスッキリ見えそう！」

宇野泰子さん
メーカー勤務・28歳

フレディ レピ
fredy.....repit
☎03-3496-5747（フレディ＆グロスター渋谷店）

6wayモッズコート￥13,440／フレディ レピ（フレディ＆グロスター渋谷店）Vネックニット￥7,140／エロディ ネルソン（フランドル）小花柄シフォンスカート￥3,990／プーラフリーム ブーティ￥17,325／フィン

スタイリストまややがレクチャー！

読者モデルがお試し！

4way以上の優秀コートはこんなにスゴい！

「コートの着回しってどれぐらい変わるの?」という疑問をもつ読者のために、スタイリスト・まややが試着会を開催！ 徹底的に着回してみました★

4wayで着られるAラインコート

1way 真っ白がピュアな印象のガーリーコート♥

女のコらしいAラインコート
丸みのあるそでとえりが可愛い白コート。そでのリボンディテールもキュート。

2way 通勤にもぴったりの上品ノーカラー！

大人っぽくエレガントに
「えりがないだけで雰囲気変わりますね」。オフィスのアイドルになれそう！

3way えりの代わりにフードをつけてカジュアルに変身

…とのデート…着たい！
…ァー付きフード…でカジュアル…愛さを演出！…クリスマス…ートによさそ…ですね」

4way フードのファーも外せてシンプルに

…になったら…ァーをオフ
…タンで着脱できる…ァーが便利！「春先…ファーなしで、気分…変えられそう」

comment! 女のコらしくて可愛い白コートも、えりやフード、ファーで表情が変わります！通勤、デートなどシーンで使い分けて。

高沢奈苗さん
メーカー勤務・25歳

レスト ローズ
L'EST ROSE
☎03-5456-1281（レスト ローズ）

4way白コート￥45,150、パープルチェックワンピース￥19,950／ともにレスト ローズ グレーカーデ￥7,875／ロペ 靴￥13,440／フィン

4wayで着られるトレンチコート

1way すそティアードが可愛いガーリートレンチです！♥

トレンチも女のコらしく
大流行中のティアードディテールは、とうとうトレンチコートでも登場。「可愛い！」

2way ノーカラーに変身！エレガント度がUP★

えりを取って着れちゃう！
「こんなに可愛いトレンチないかも！」。磯部さんも大満足の女のコらしさです。

3way ボトム部分がはずれてショートトレンチに！

ジャケット感覚で着て！
ノーカラーショートトレンチなら春も大活躍。「すそが外れてびっくりしました！」

4way えりを付けても可愛いショートトレンチ

通勤にも◎のカッチリ感
ジャケットとして春や秋に超活躍しそう★「1着でこんなに使えるんですね！」

comment! ティアードのボトム部分とえりが外れるレディトレンチ。パーツの組みあわせによってオフィスにもデートにも、使えそうですね！

磯部奈央さん
ネイリスト・25歳

シーシークロス
C.C.CROSS
☎03-5457-7360（シーシークロス）

4wayトレンチ￥25,200／シーシークロス グレータートルニット￥8,190／イネド、フロントリボンツイードスカート￥15,750／エフデ（ともにフランドル）パンプス￥14,490／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）

冬から春まで着られる優秀コートの中身

今から大活躍の 2way以上トレンチ 大集合!

ライナーやファー付きで、今からばっちり活躍するトレンチコートは、春を見込んだ2way以上の優秀デザインが狙いめ! 冬は暖かく着れて、春はパーツを外せるお得トレンチが正解です★

寒い時期もトレンチを愛用! ファーケープを上から重ねて

ライナー付きだから冬も安心。ファーケープ¥10,290／ミスティック（ミスティック 原宿店）バッグ¥12,390／ラバーソウル（ビバ・サーカス）柄タイツ¥1,785／バーバリー（福助）パンプス¥13,545／フィン

ショート丈に変身

ひょう柄ライナー付き

リヴィジテーション
REVISITATION
☎ 03-5456-8898
（アバハウスインターナショナル）

同じコートを2月に着るなら

季節にあわせて表情チェンジ☆ ロング丈のトレンチは

同じコートを3月に着るなら

高め位置のウエストラインでスタイルアップ。トレンチコート¥40,950／リヴィジテーション（アバハウスインターナショナル）ニット¥8,998／スウィーナ by アース ミュージック（アース ミュージック&エコロジー スーパープレミアム ストア六本木ヒルズ店）バッグ¥5,040／ミッシュ マッシュ　タイツ¥2,310／ショセット（タビオ）

12月のコーデは…

ボッシュ
BOSCH
☎ 03-5467-1861
（ボッシュ）

同じコートを2月に着るなら

ゴージャスなファートレンチでパーティーシーズンもドレスアップ!

同じコートを3月に着るなら

リアルなラクーンファーでゴージャス感もプラス。トレンチコート¥55,650／ボッシュ　ワンピース¥9,975／グリーンレーベル リラクシング（ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 品川店）パールネックレス¥3,990／シーシークロス　バッグ¥7,980／オゾック　タイツ¥1,050／リディ（福助）

ライナー取れます

ファーも取れます

寒い真冬には前を閉めてコートワンピ風にアレンジも可能

前を閉めてワンピ風に着こなしもスマート　タートルニット¥3,990　ライフ ドルチェ ラ…（ライフ ドルチェ ラボ ブラン…ン銀座）バッグ¥19,950／…ゼ（VIS）タイツ¥1,995／アース ミュージック&エコロジー（アース ミュージック&エコロジー新宿）ブーツ¥35,490／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）

NEXTシーズンの主役アウターに ショートライダースにすれば

ジップ使いでロング部分を取り外せば、ショート丈のライダースに早変わり! 花柄ワンピース¥5,985、ネックレス¥2,415／ともにアフターオール（インデックス）タイツ¥1,050／靴下屋（タビオ）

一気に春モードにイメチェン! ファーをオフにして羽織れば

ファーもライナ…すれば、春モー…フォンブラウ…／カリテ（アバ…ターナショナル…デニム¥6,993…ミュージック&…（アース ミュー…コロジー新宿）¥5,985／組曲…ド樫山）パン…440／ダイアナ 銀座本店）

こんなにいっぱい! 優秀トレンチ★★★

22オクトーブル
22 OCTOBRE
☎ 03-3262-8138
（東京スタイル）
知的に着られるネイビー。取り外せる格子柄のライナーもおしゃれ。¥32,550／22オクトーブル（東京スタイル）

ライナー取れます

チェックのライナー付き

ライナー取れます

スタイルコム
Style com
☎ 03-3262-8138（東京スタイル）
シーズンレスで着られるダークブラウン。キルティングライナーが取り外し可。¥27,300／スタイルコム（東京スタイル）

スウィーナ by アースミュージック
sweena by earth music
☎ 03-5770-5050
（六本木ヒルズ店）
光沢のある玉虫色の大人トレンチ。¥35,994／スウィーナ by アースミュージック&エコロジー スーパー プレミアム ストア六本木ヒルズ店）

ファー取れます

ライナー取れます

ヌフ・メランジュール
neuf melangeur
☎ 03-3476-8000（マルイプレスルーム）
ラベンダーグレーのきちんと感ある春色トレンチは、内側にベージュライナー付き。¥29,400／ヌフ・メランジュール（マルイ）

アパート バイ ローリーズ
apart by lowrys
0120-601-162
（ポイント）
えりとそでのボリュームファーと、ボアのライナーが取り外し可能。¥19,740／アパートバイ ローリーズ（ポイント）

えりのファーも取れます

そでのファーも取れます

ライナー取れます

蝴蝶网 hucie.com
慧美网 vimee.net

蝴蝶网
hudie.com

3way以上を保証のミリタリーコート!

3シーズンおしゃれに着まわせるミリタリーコートは、冬でも春でも即対応できるデザインに注目。3way以上にチェンジできるタイプなら、12月から3月まで着回しも思いのまま。

ライトカラーのミリタリーなら

ライナー取れます

ファーも取れます

ジル バイ ジルスチュアート
JILL by JILLSTUART
☎ 03-5467-9881
(ジル バイ ジルスチュアート)

ミリタリーコート¥26,250/ジル バイ ジル スチュアート チェックワンピ¥8,295/チャイルドウーマン タイツ¥1,680/ショセット(タビオ)ニーハイブーツ¥16,800/チャオパニック(チャオパニック原宿店)

ライナー取れます

ファーティペットにも

そでのファーも取れます

ノーカラーになります

ディグレース
Dgrace
☎ 03-5469-6420
(ビー・エックス)

リボン&ファーがスウィートなコートは、春はノーカラーに。ボアのライナー付き。¥33,600/ディグレース(ビー・エックス)

ファーやライナーでボリュームを出して旬のミリタリーコーデにトライ★

12月のコーデは…

そでロールアップ

ファー取れます

フードも取れます

同じコートを3月に着るなら

パーリッシィ
PAR ICI
☎ 03-5790-8621
(パーリッシィ)

えりやそでのシルエットが変身。ミリタリーコート¥17,640/パーリッシィ 花柄ワンピース¥4,935/ミッシュ マッシュ タートルニット¥7,875/22オクトーブル(東京スタイル)グローブ¥11,550/カーライフ(カーライフ 中目黒店)バッグ¥6,195/サック ※オンラインショップ限定 タイツ¥1,680/靴下屋(タビオ)ブーツ¥30,450/組曲(オンワード樫山)

ライナー取れます

ファーも取れます

グローバル リズム エッセンス
global rythme essence
☎ 03-3481-8044
(グローバル リズム エッセンス)

オンスタイルにもジャストなコートは、取り外し可能なボアライナーがセット。¥19,740/グローバル リズム エッセンス

ファー取れます

ーがブルゾンに

アールユー・ジーンズ
ru jeans
☎ 03-3476-8000
(マルイプレスルーム)

ルティングのライナーは、取りしてブルゾンとしても着用可。ミリタリーコート¥19,800/ールユー・ジーンズ(マルイ)

テーラードコートにもなるアウターでおしゃれカジュアル

リッジリン
RidgeRing
☎ 052-253-7787
(リッジリン名古屋パルコ店)

ミリタリーコート¥30,450/リッジリン(リッジリン名古屋パルコ店)ニットワンピ¥11,550/ビバユー レースキャミソール¥1,995/プーラフリーム タイツ¥630/エフィング(福助)ニーハイブーツ¥36,000/ダイアナ(ダイアナ 銀座本店)

ライナー取れます

ファー取れます

ボアライナーがベストにもなるアトリビスの3wayはありテクが上級者!

ライナーはボアベストとして使える　ノーカラーコートに

慧美网
vmeee.net

アトリビス
attribis
☎ 03-5360-2231
(アトリビス)

ミリタリーコート¥25,200/アトリビス チュニックブラウス¥16,800/ディグレース(ビー・エックス)キュロット¥10,395/フェルウ(オンワード樫山)ネックレス¥8,295/アンタイトル タイツ¥840/靴下屋(タビオ)

ファー取れます

ライナーだけでコートに

ディシャス
Decious
☎ 03-5457-7360 (ディシャス)

レオパード柄のライナーは、単品でノーカラーコートとしても使えるすぐれモノ。ファーも取れる。¥19,950/ディシャス

春はノーカラーコートとしてフレッシュな着こなしに

ファーとフードを取り外し、そで口をロールアップ。ボーダーニット¥4,494/ライフ ドルチェ ラボ(ライフ ドルチェ ラボ プランタン銀座)デニムスカート¥9,800/ボナジョルナータ(ファイブフォックス)ネックレス¥3,678/ビバユー バッグ¥15,750/ダイアナ(ダイアナ 銀座本店)ブーツ¥27,090/フィン

真冬から**春**まで着られる優秀コート!の1身

真冬でもあったか♡ レザージャケット!

12月からの寒い時期にも着られるあったかレザージャケット。冬から春までおしゃれに活用するなら、セルフアレンジが気軽にできるデザインが買い!

ファー取れます

3月のコーデは…

春もレザージャケットが主役で トレンドコーデはおまかせ♡

フリーズ フレーズ
FREE'S PHRASE
☎ 03-3409-0?12
(フリーズ ショップ ?谷店)

裏地の花柄もポイント。レザージャケット¥47,250/フリーズ フレーズ(フリーズ ショップ)ブラウス¥12,600/エロディ ネルソン(フランドル)花柄スカート¥8,925/デュアル スレッド(デュアル スレッド有楽町マルイ店)バッグ¥33,600/ケンケンケン(ビームス タイム)ブーツ¥27,300/ラバーソウル(ビバ・サーカス)

ファー取れます

スウィーナ by アース ミュージック
sweena by earth music
☎ 03-5770-5050
(六本木ヒルズ店)

¥38,997/スウィーナ by アース ミュージック(アース ミュージック&エコロジー スーパー プレミアムストア六本木ヒルズ店)

おしゃれに差がつくグレーなら イチ早く春コーデを先取り!

ギャミヌリィ
gaminerie
☎ 0120-298-133
(ジュンカスタマーセンター)

裏地がギンガムチェックで脱いでも可愛い。レザージャケット¥7,980/ギャミヌリィ 中に着たブラウス¥6,825/チャオパニック(チャオパニック原宿店)プリントスカート¥13,650/エフデ(フランドル)バッグ¥8,295/サック タイツ¥1,050/靴下屋(タビオ)パンプス¥12,600/ダイアナ(ダイアナ 銀座本店)

ファー取れます

同じコートを12月に着るなら

ホワイトファーのえり付きで レザーアウターもレディな印象に

ラウンドカラーのファー×キャメルのレザーが女のこらしさを発揮。ツイードスカート¥11,970/レスト ローズ バッグ¥17,850/サマンサベガ(サマンサベガ プランタン銀座店)タイツ¥840/靴下屋(タビオ)

ボアライナー取れます

レプシィム ローリーズファーム
LEPSIM LOWRYS FARM
☎ 0120-601-162
(ポイント)

コンパクトブルゾンも、ボアのライナー付きで、冬はあったかく着れる。¥9,975/レプシィム ローリーズファーム(ポイント)

ファーとスタンドカラーで 甘辛な印象を二枚で欲張って

ファー取れます

ビバユー
VIVAYOU
☎ 03-5467-1884
(ビバユー)

ファーを付ければスウィートに、外せばクールに。レザージャケット¥36,750/ビバユー リブニット¥10,500/ディモルフォセカ バイ カリテ(アパハウス インターナショナル)ショートパンツ¥13,650/ペイトンプレイス(ファイブフォックス)バッグ¥39,900/ケンケンケン(ビームス タイム)タイツ¥1,470/靴下屋(タビオ)ブーツ¥33,600/マニュ(モード・エ・ジャコモ)

フード取れます

チャオパニック
Ciaopanic
☎ 03-5774-7941
(チャオパニック原宿店)

ラムレザーのジップアップブルゾンは、フードでカジュアル度を調節。¥41,790/チャオパニック(チャオパニック原宿店)

ファー取れます

エプローヴ
eprouve
☎ 03-5117-27
(インデックス

キルティングのス
が入ったブルゾン
ァーを外すとノー
タイプに。¥16,80
プローヴ(インデッ

フード取れます

ヴィニー
Vigny
☎ 0120-290-370
(フランドル)

ファスナーでフードの取り外しが可能。レザージャケット¥9,870/ヴィニー、ネックレス¥4,200/クリア インプレッション(ともにフランドル)ワンピース¥25,200/リヴィジテーション(アパハウスインターナショナル)タイツ¥840/靴下屋(タビオ)

蝴蝶网 pclady.com.cn
vimee.net

春色先取り! キレイ色コート

おるだけで春気分をひと足早く満喫できるキレイ色アウターは、真冬→春へのブリッジアイテムとして、おしゃれに大活躍!

そでのファー取れます

ブリジット
BRIGITTE
☎ 03-3262-8138
(東京スタイル)

ガーリーなホワイトツイードのコートは、そで口のファーの取り外しで季節感を調整。¥39,900/ブリジット(東京スタイル)

ファーも取れます

フード取れます

22オクトーブル
22 OCTOBRE
☎ 03-3262-8138 (東京スタイル)

上品キュートなマスタードイエローのコートは、冬でも春でも映えるカラーです。¥34,650/22オクトーブル(東京スタイル)

アームウォーマー付き　ファー取れます

インディヴィ
INDIVI
☎ 03-5117-2711 (インディヴィ)

分そでのコートは、冬はアームウォーマで寒さ対策、春はファーを外してライト表情で。¥37,800/インディヴィ

同じコートを3月に着るなら

ライトな印象にしたいときはノーカラーシルエットにチェンジ!

薄手のカットソーなどがベースになる3月は、フードからノーカラーにチェンジして、春先まで旬なコート。ラインストーン付きTシャツ¥6,825/レイ ビームス(ビームス タイム) スカート¥10,500/ミニマムミニマム(ミニマム) ブーツ¥30,450/メダ(モード・エ・ジャコモ)

12月のコーデは…

旬トレンドのツイードコートは春を先取るハッピーピンク♥

フード取れます

レスト ローズ
L'EST ROSE
☎ 03-5456-1281
(レスト ローズ)

フード付きで可愛めバランス。ツイードコート¥28,980/レスト ローズ ニット¥14,700/組曲(オンワード樫山) ショートパンツ¥16,800/ルージュヴィフ ラクレ(アバハウスインターナショナル) ストール¥15,750/シトラス(ルビーリベット 有楽町) バッグ¥4,095/ハッピー&サック(サック) タイツ¥630/エフィング(福助) ブーツ¥29,400/フローチェ(ギルド ジャコモ ギャラリー オン ザ ウェーブ)

3月のコーデは…

スタンダードなショートコートは

ファー取れます

ロートレアモン
LAUTRÉAMONT
☎ 03-5360-2231
(ロートレアモン)

…クなパープルが効かせ… ショートコート¥44,100 ロートレアモン ストライプ…ツ¥4,998 …ニムパンツ …,993 … ビッグラッ… [illegible] …725 … パ…ス¥11,5… …ラバーソウ… (ビバ・サー…)

同じコートを12月に着るなら

リッチなファーをオンすればお嬢さま風な冬コーデに

ボリュームファーで華やかに。タートルニット¥3,990/アース ミュージック&エコロジー(アース ミュージック&エコロジー新宿) フリンジスカート¥14,700/レイ ビームス(ビームス タイム) バッグ¥29,400/バイオレットハンガー(バイオレットハンガー マルイシティ渋谷店) タイツ¥1,470/靴下屋(タビオ) ロンググローブ¥6,300/エニィ スィス ブラン(オンワード樫山)

リボンゴムベルト付き　共布マフラー付き

レッセ・パッセ
LAISSÉ PASSÉ
☎ 03-5790-7203
(レッセ・パッセ)

マフラーやベルトがセットで、気分によって表情チェンジ。春まで着られる上品なピンクベージュ。¥39,900/レッセ・パッセ

ディグレース
Dgrace
☎ 03-5469-6420
(ビー・エックス)

ライダース風シルエットのチェックジャケットは、キルティングのライナー付き。¥29,400/ディグレース(ビー・エックス)

ファー取れます　ライナー取れます

えり取れます

ロディスポット
LODISPOTT
☎ 0120-298-707
(ロディスポット)

春を連想させるコーラルピンク。好みのえりもとにチェンジ可。ポケットのリボンもチャーミング♪¥13,650/ロディスポット

慧美网 vimee.net 蝴蝶网 hudie.com

真冬から春まで着られる優秀コート!の中身

可愛さキープ! Aラインコート

ステディガールたちに大人気のAラインコートも、デザインにアレンジが効くタイプで、今から春まで主役継続!

ファーはティペットに

フリーズ フレーズ
FREE'S PHRASE
☎ 03-3409-0512
(フリーズ ショップ 渋谷店)
ラメ入りの格子柄がガーリー。えりのファーはティペットに早変わり。¥32,550/フリーズ フレーズ(フリーズショップ)

ミニマム ミニマム
MINIMUM MINIMUM
☎ 03-5117-2711 (ミニマム)
シーズナブルに可愛く着られるコート。ファーやビジューボタンでドレスアップ。¥34,650/ミニマム ミニマム (ミニマム)

ファーはティペットに

ファー取れます

アプワイザー・リッシェ
Apuweiser-riche
☎ 03-3408-8443
(アプワイザー・リッシェ)
えりとファーが取り外せる。ラメ入りベージュが華やか♥ Aラインでさらに可愛さプラス。¥51,450/アプワイザー・リッシェ

ファー取れます

ミッシュ マッシュ
MISCH MASCH
📠 0120-298-707
(ミッシュ マッシュ)
すそのフリルやポケットのリボンがとびきりプリティなコートは、春から冬まで愛用したい。¥20,790/ミッシュ マッシュ

同じコートを3月に着るなら

春はホワイトトコーデにあわせてスマートなスタイルに変身!

えりもとのファーを外せば、春らしい。ロングニット (花柄スカートとセット) ¥5,985/ロディスポット フリルスカート¥4,095/ローリーズファーム (ポイント) タイツ¥2,100/リディ (福助) パンプス¥9,975/フィン

12月のコーデは…

ファー取れます

可愛いのは変わらないまま ファーのえり付きでガーリーに

組曲
KUMIKYOKU
☎ 03-5476-5811
(オンワード樫山)
ファーえりを付ければ、12月のデートでも大活躍。コート¥49,350/組曲 (オンワード樫山) スカート¥13,650/ロペ ストール¥11,550/アルテア (ビームス タイム) バッグ¥…090/ルージュ・ヴィフ (アバハウスインターナショナル) タイツ¥1,890/リディ (福助)

まだまだある! 技ありコート

季節によって見た目を変えられる技ありコートはほかにもあり! 注目されるデザインでおしゃれリーダーを狙って

ライナー取れます

ニットライナーがベストに

3月のコーデは…

ライナーをオフにしたスッキリコートなら春らしさも満開

ボッシュ
BOSCH
☎ 03-5467-1861
(ボッシュ)
ショート丈で春も使いやすい。コート¥37,800/ボッシュ ブラウス¥16,800/カーライフ (カーライフ 中目黒店) ショートパンツ¥10,290/エロディ ネルソン (ブランドル) 花柄ストール¥4,725/グレンプリンス (ビームス タイム) ネックレス¥5,985/オビビール (シャンデリエ新宿) バッグ¥17,850/サマンサベガ (サマンサベガ プランタン銀座店) ブーツ¥26,250/クッコディ マル (ギルド ジャコモ ギャラリー オン ザ ウェーブ)

同じコートを12月に着るなら

あったかなライナーを重ねて真冬のワードローブに♥

ベストとしても着られるニットのライナーで冬の防寒もばっちり。タートルニット¥9,870/シーシークロス スカート¥15,750/レイ ビームス (ビームス タイム) タイツ¥840/リディ (福助)

ファー取れます

そでが取れてベストに

フードも取れます

ディモルフォセカ バイ カリテ
dimorphotheca by qualité
☎ 03-5456-8898
(アバハウスインターナショナル)
ダウンジャケットは、そでが取れてベストにチェンジ。¥19,950/ディモルフォセカ バイ カリテ (アバハウスインターナショナル)

ボトムが外せます

アールユー
ru
☎ 03-3476-8000
(マルイブレスルーム)
ウエストのベルトライン以下が取り外せるので、春にはショートコートとしてデビュー★ ¥25,000/アールユー (マルイ)

ファーとライナー取れます

ストロベリーフィールズ
STRAWBERRY-FIEL
☎ 03-3791-8111
(シュガー・マトリックス
ライトなニットコートは…アのライナー付きで温…調節可能。¥39,900/…トロベリーフィールズ…ュガー・マトリックス)

ケープが外せます

ケープ単品でもOK

シーシークロス
C.C. CROSS
☎ 03-5457-7360
(シーシークロス)
12月の寒さにも対応できる…付きの技ありトレンチ。ケー…春先に単品でも使えちゃ…30,450/シーシークロス

蝴蝶网 hudie.com
唯美网 vmee.net

Pick Up! Base Make

撮影／片岡 祥（PPI） 撮影協力／EASE PARIS

●お問い合わせ先　イプサ　℡0120-523543

“ずっと続くうるおいとツヤで大ヒットした殿堂入りベース!”

イプサ ピュアプロテクトシリーズ

そもそもファンデとは、透明感を求めればカバー力が足りなくなるし、うるおいを求めれば化粧くずれしやすくなる……と弱点を抱えていたもの。ところがこちらのアイテムは、その相反する機能を見事両立させ、爆発的なヒットを遂げた画期的ファンデなんです！

イプサオリジナル チャームを限定配布！

イプサがこだわってきたもの、それは「個肌」。一人ひとりの肌にあわせ、その人だけの「美のレシピ」を一緒に作っていくという考え方。これを象徴するのが、新しいイプサのシンボルとなる「カラースラッシュ」です。きれいとは一人ひとりが持つ「色」、つまりその人らしさ。このカラースラッシュをイメージしたチャーム（全5色からいずれか）と特製リーフレットを、イプサ店舗にて12/11（金）～1/21（木）限定配布します（※なくなり次第終了）。詳しくは上記のお問い合わせ先まで。

肌の乾燥が気になる今の季節にこそオススメしたいのが、大人気のピュアプロテクトの新シリーズ。しっとりしたうるおい感がずっと続くのに、夕方になっても化粧くずれせず、1日中つけたてのようなピュア肌が持続します。さらに肌ムラなどもしっかりカバーしてくれるのに、厚づきにならずナチュラルに仕上げてくれる優れもの。この冬、steady.が自信を持ってオススメするファンデです！［右］ピュアプロテクト リキッドコンパクト（レフィル）全6色 12g SPF20 PA++ ¥4,200、ケース（スポンジ付き）¥1,575、［左］ピュアプロテクト クリームファウンデイション（スパチュラ付き）全6色 25g SPF15 PA+ ¥4,200／すべてイプサ

蝴蝶网 hudiel.com
薏美网 vimee

号外

寒い冬を可愛くのりきる方法を全国から集めました!

おしゃれ防寒術 クチコミ 50

そろそろ寒さが厳しい季節に……。でも!女のコは体を冷やしてはいけません!
おしゃれして、着ぶくれせずに防寒できる方法をクチコミで募集しちゃいました。

撮影/[人物] 堤 博之、[静物] 吉岡真理 (スタジオバンバン)
スタイリング/為井真野 (kind)　ヘア&メイク/中村未幸 (roraima)　モデル/菅原沙樹
撮影協力/ EASE
●掲載商品のお問い合わせ先リストは、P158 にあります。

蝴蝶网
hudie.com

クチコミ 01

ユニクロヒートテックは メチャクチャあたたかい★

(下谷 綾さん・メーカー勤務/京都府)

沙樹が着たのはコレ!

ヒートテックはインナーだけじゃなくて、外に着られるアイテムもあるんです! タートルネックやレギンスをコーデにあわせて活躍させて! 黒×白ボーダーヒートテックタートル ¥1,500、ヒートテックタイツ ¥1,500 /ともにユニクロ

その他、こんなアイテムも!

ヒートテックのバリエはいろいろ! 人気のカップ付きキャミから、長そでタイプまで。〈左から〉ダークパープルカップ付きキャミ¥1,990 ※一部店舗のみで販売、ピンク U ネック半そでカットソー¥1,000、白Uネック8分そでカットソー ¥1,500 /すべてユニクロ

ミリタリーコート¥27,300 /ラタレーム アパハウス・ドゥヴィネット(アバハウスインターナショナル) パープルジャージー長そでワンピ ¥14,490 /エクリュ ノーリーズ(ノーリーズ銀座本店) バッグ ¥30,450 /サマンサタバサ(サマンサタバサ 新宿 GATES 店) ブーツ¥12,600 /ミッシュ マッシュ ネックレス¥2,310 /ビーアンエンジェル

慧美网
vimeenet

steady.が読者1000人に大調査

北海道から沖縄まで全国読者にそれぞれの防寒術をおしえてもらいました

OLに愛されているのはヒートテックだった!

わたしたちユニクロヒートテックを愛用しています

どんなときでも、一番下にヒートテックを着るようにしています!
桜井みさとさん
メーカー勤務/千葉県

長そでのヒートテックを着た上に、タートルネックを着れば完璧!
内村ゆみさん
学生/熊本県

ヒートテックがおすすめ! 薄いからいつもの服の下に重ねる。
本村明美さん
書店勤務/福島県

\ユニクロプレスに聞いた!/

ヒートテック、こんなに売れてます

体から出る水蒸気で発熱し、その熱を逃さず保温する機能を備えたユニクロのヒートテックインナー。昨年度は全世界で 2,800 万枚も売れ、今年はそれを上回る勢いを見せています! さらにカラーバリエーションも豊富に登場し、インナーの枠を超えたラインナップです。

芦沢 香

い着こなしでのりきろう!

寒いけど、厚着で着ぶくれするのはイヤ! という女のコたちが
教えてくれた、可愛いあったか着こなしです。

ボリュームたっぷりのマフラーで首からスキマ風を入れない!

クチコミ 05

首もとを**マフラー**であたためるだけで体感温度上昇↑

(尾上千恵子さん・学生/東京都)

ざっくり編みマフラー¥7,245 /シーベルガー(シャンデリエ渋谷) ジップアップラムレザージャケット¥39,900/リヴィジテーション(アバハウスインターナショナル) パープルリブタートルニット¥8,400/イシ エ ラ ベルト付きツイードスカート¥4,998 /アフターオール(インデックス) バッグ¥8,190 /エクリュ ノーリーズ(ノーリーズ銀座本店) ブーツ¥30,450 /ルージュルー(メゾン ルージュ) リブタイツ¥1,890 /リディ(福助)

クチコミ 03

ニットならやっぱり**カシミア**。あたたかさが違う!

(奥原佐智子さん・メーカー勤務/広島県)

ふんわりしたカシミアは熱を保ってくれる! 肌触りもよく、静電気も起きにくくて、真冬にぴったりの素材★ ¥22,050 /アナイ

〈上〉ムートンブーツ〈H1.5cm〉¥26,250 /組曲(オンワード樫山) 〈下〉フェイクムートンブーツ〈H2cm〉¥26,250 /アバハウス・ドゥヴィネット(アバハウスインターナショナル)

クチコミ 04

足の寒さは**ムートンブーツ**で防御してます!

(鈴木美恵さん・主婦/静岡県)

クチコミ 02

寒い時期はコートの上から**ケープ**をはおればOK!

(野島 彩さん・百貨店勤務/大分県)

コートの上からはおるという新発想コーデ!

黒編み込みファーケープ¥13,650 /アルアバイル ツイードノーカラーベルト付きコート¥33,600 / 22 オクトーブル(東京スタイル) 白シャツ¥14,700 /アナイ 黒スカート¥11,550 /ル スーク(フランドル) バッグ¥8,295 /サック 靴¥33,600 /メダ(モード・エ・ジャコモ) タイツ¥840 /靴下屋(タビオ)

デニムよりごわつかなくてレギンスよりあたたかい!

インディゴストレッチデニムレギンス¥1,990 /ユニクロ 白ロングカーデ¥6,930 /ロペピクニック 花柄ワンピ¥28,140 /サロン デュ ラ トリニーテ バッグ¥22,050 /インディヴィ ブーツ¥36,000 /ダイアナ(ダイアナ 銀座本店) ゴムベルト¥3,990 /オピュール(シャンデリエ新宿) ネックレス¥11,550 /コンピレーション(イエナ BC SALON 渋谷店)

クチコミ 09

デニムみたいなレギンス「**デニンス**」はあたたかさも◎。

(山賀由紀子さん・洋菓子店勤務/埼玉県)

真冬の寒い時期は、さらにロング丈ダウンを重ねてバッチリ! ¥19,950 /スピック&スパン(スピック&スパン BC SALON 渋谷店)

クチコミ 07

ざっくりニットカーデは、アウター級のあたたかさ!

(高田小百合さん・医療関連勤務/兵庫県)

〈左〉ベージュカシミアストール¥8,295 /グリーンレーベル リラクシング(ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 品川店)

クチコミ 08

大判ストールは、シーンに応じて使えるから便利!

([illegible] 緑さん・商社勤務/千葉県)

〈右〉[illegible]ら、カシミアストールもお手頃[illegible]カラバリもそろっているのでオススメ! ¥[illegible]0 /ユニクロ ※一部店舗のみで販売

クチコミ 06

もこもこファーアウターで見ためまであったか可愛い♥

(宮田優子さん・サービス業/兵庫県)

パッチワークファーショートコート¥39,900 /シップス(ミュージアム フォー シップス) リブタートルニット¥2,900 /ザジ フロントジップ花柄ワンピース¥23,100 /リュー デ ベー バッグ¥5,145 /ローリーズファーム(ポイント) ブーツ¥27,825 /フィン タイツ¥1,050 /靴下屋(タビオ)

ファーのボリュームで保温効果も抜群! 体が冷えません♪

慧美网 yimee.net
蝴蝶网 hudie.com

真冬の寒い日をあたたかくて可愛

ジャケットの着脱、カーデの着脱で体感温度が微調整できる！

ロングジャケット¥31,500／イエナ（イエナ BC SALON 渋谷店）ボーダーニットカーデ¥10,290／アルアバイル サーモテックあったかカットソー¥1,900／ザジ スカート¥5,996／ライフ ドルチェ ラボ（ライフ ドルチェ ラボ プランタン銀座）靴¥16,800／カリーノ（モード・エ・ジャコモ）ゴムベルト¥5,250／ボナマン アンド フェラーリ（スピック&スパン アクセソワーズ ディアモール大阪店）タイツ¥1,050／靴下屋（タビオ）

ラビットファーとレザーなのにプチプラ！ リボンはボタンで取り外しができるようになっています。¥2,145／アンレリッシュ

アルパカ混のニットキャップ。ひとつひとつ手作りで編み上げた可愛い帽子。¥3,990／シップス（ミュージアム フォー シップス）

イタリアの老舗ブランドのムートンのハンドメイド手袋。最高の素材です。¥12,600／カリディ（フレームワーク BC SALON 渋谷店）

クチコミ 12

自転車に乗るから、**手袋、帽子、耳あて**はマストです！

（宮田優子さん・サービス業／兵庫県）

クチコミ 10

冬のワンピはやっぱり**ニット!** 可愛い上に保温してくれる♪

（高木紗耶さん・サービス業／東京都）

トップスとスカートのコーデみたいな可愛いニットワンピ。目がつまっていてあたたかい。¥25,200／クローラ（アクアガール新宿）

クチコミ 13

メンズが実践してる「**ウォームビズ**」を女のコもマネしてます。

（山本泰子さん・商社勤務／福島県）

ざっくりカーデにタートルネックのあったかツイン♥

ケーブル編みのざっくりレッグウォーマー。ムートンブーツにあわせてコーデしても可愛くはけそう！ ¥1,575／靴下屋（タビオ）

極寒の日は、タイツの上にケーブル編みのハイソックスを重ねて、さらにブーツを履けば完璧です！ ¥1,575／靴下屋（タビオ）

クチコミ 11

レッグウォーマー・**ソックス**をタイツの上からはいています。

（前橋佐代子さん・保険会社勤務／東京都）

〈上〉バルキー毛混でやわらかくあたたかい。リブの厚みがある。¥1,680、〈下〉吸湿発熱性を高めたコットン素材「サーモチェンジャー®」を使用。あたたかいけど、蒸れにくい。¥1,575／ともにあったか満足（福助）

タイツの下にはく絹の5本指ソックス。つま先にはめるので、末端冷え性のコにオススメ。蒸れも防止してくれる。各¥630／タビオ

クチコミ 16

末端冷え性なので、**足指ソックス**をタイツの中にはいてます。

（小笠陽子さん・百貨店勤務／愛知県）

クチコミ 15

福助の「あったか満足」で脚が冷えません！

（澤口英里子さん・公務員／熊本県）

クチコミ 14

通勤に使える**ツインニット**もあたたかさ重視でセレクト！

（花村智香さん・メーカー勤務／愛知県）

ケーブルカーデ×リブタートルツインニット¥16,800／組曲（オンワード樫山）スカート¥4,935／ローリーズファーム（ポイント）靴¥17,325／モザイクバー エーボンブ（モード・エ・ジャコモ）ネックレス¥13,650／ジル スチュアート（ヴァンドームヤマダ）タイツ¥630／エフィング（福助）

外では首に巻いて、オフィスでは肩からかけて

クチコミ 17

2wayストールは、オフィスの外でも中でも活躍するんです！

（坪田香織さん・団体職員／兵庫県）

ボタン付き 2way ストール¥1,290／ジーユー ニット¥9,450／アトリビス スカート¥9,975／レイ ビームス（ビームス タイム）靴¥13,650／グリーンレーベル リラクシング（ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 品川店）タイツ¥735／チュチュアンナ

北国出身スタイリストに聞きました！

steady. のおなじみスタイリストさんたちは、北国出身で防寒おしゃれに詳しいんです！

クチコミ 19

とにかく重ね着しています！

ダウンとストールはマストアイテム。外での仕事も多いので、ストールは顔が隠れるくらいグルグルで使っています。インナーは吸湿速乾のものを選びます。

富山 鳥井真野さん

クチコミ 20

首・足首・手首をあたため！

体の冷えるポイントは首・足首・手首・腰。なので、ストール、レッグウォーマー、グローブ、腹巻きで各ポイントを冷やさないようなコーデを心がけています。

北海道 柴山之和美さん

クチコミ 18

通勤ブーツも**ムートン!** 脚のあたたかさが違う！

（久保田江里奈さん・保育士／静岡県）

〈右〉黒レザー×ムートンブーツ〈H7.5cm〉¥39,900／アナイ〈左〉茶レザー×ボアブーツ〈H9cm〉¥39,000／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）

蝴蝶网 udie.com
vimee.net

ハイテク素材のあったか服も続々登場!

ヒートテック人気に続き、各社から発売されている高機能ウェアから目が離せません!

hudie.com

インナーカーデはNASAのために開発された温度調節素材「アウトラスト®」を使用!

クチコミ 22

「ホットプレミアム™」というあったか機能服を発見★

(山口菜穂さん・公務員/広島県)

発熱・保湿機能にすぐれた「ホットプレミアム™」という素材を使用。スカートでもあたたかい! ¥13,650/イネド(フランドル)

あったか素材の「ホットプレミアム™」のパンツ。フルレングスで、絶対に冷えません! ¥8,900/ボナジョルナータ(ファイブフォックス)

クチコミ 23

ブリジットの「サーモキャッチ×テンセルニット」がすごい!

(水村由佳里さん・薬剤師/山梨県)

東京スタイルのあったか素材ニット「サーモキャッチ×テンセルニット」。太陽光を吸収して発熱する機能と、静電気を抑えてくれる機能を持つ画期的な素材。¥17,850/ブリジット(東京スタイル)

「サーモキャッチ×テンセルニット」素材のおしゃれなボーダーニット。木材から開発された繊維テンセルを混紡しているので、独自の温もりと風合いが! ¥9,450/ブリジット(東京スタイル)

クチコミ 24

インディヴィのツインカーデにはNASAのための技術が!?

(山口美恵子さん・介護職/埼玉県)

カットソー&ニットカーデ¥16,275/インディヴィ ブラウス¥9,975/デュアル スレッド(デュアル スレッド 有楽町マルイ店) ショーパン¥14,175/アンタイトル 靴¥13,440/ダイアナ(ダイアナ 銀座本店) ネックレス¥16,800/アンテプリマ(アンテプリマ 新宿髙島屋店) タイツ¥630/エフィング(福助)

クチコミ 25

グリーンレーベルのダウンは保温機能が高いんです★

(本吉留理さん・サービス業/神奈川県)

生地裏の薄いアルミの膜が体内からの熱を反射し、保温する機能を持ったダウン。¥19,950/グリーンレーベル リラクシング(ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 品川店)

クチコミ 21

エニィ スィスのジャケットはあたたかい機能があるらしい!

(山野由佳さん・IT関連勤務/大阪府)

保温性にすぐれた特別な生地で普通のジャケットよりあったたか♥

クロスウォームテーラードジャケット¥15,750/エニィ スィス バイ クミキョク スィス(オンワード樫山) ダブルクリップファーティペット¥26,250/クレデュ クレ ビジュー付きVネックニット¥7,890/ミニマム ミニマム(ミニマム) ツイードスカート¥10,500/ル スーク(フランドル) バッグ¥24,150/サマンサタバサデラックス(サマンサタバサデラックス 表参道GATES店) リブタイツ¥735/チュチュアンナ

発熱・保温機能のルームウェアは可愛くてお役立ち!

クチコミ 29

ルームウェアもあったか素材を選んでます!

(西本知代さん・商社勤務/愛知県)

ロングカーデ¥3,900、花柄ワンピ〈ソフトサーモα発熱・保温・ソフトタッチ〉¥2,900、ベビーピンクレギンス〈ソフトサーモα発熱・保温・ソフトタッチ〉¥1,900/すべてアンラシーネ モコモコスリッパ¥1,599/ベースコントロール(ベースステーション 原宿) ボンボン付きソックス¥1,050/プラザ

唯美网 Vimee.net

おうちでもあったか♥ 可愛いルームウェア&グッズ

寒い日はもこもこのルームウェア&グッズで、お部屋でぬくぬくしたい!

クチコミ 28

おうちでは、エコな保温術のゆたんぽがオススメです!

(赤田愛美さん・サービス業/大阪府)

お湯を入れて使うゆたんぽ。ピンクベージュファーとベロアハートが可愛い。¥8,190/プラザ

クチコミ 26

ユニクロからもこもこウェアがプチプラで登場してます!

(加藤朱里さん・医療関連勤務/秋田県)

ユニクロからもこもこルームウェアが登場! もこもこパーカワンピ¥2,990、もこもこソックス(2足セット)¥990/ともにユニクロ

クチコミ 27

チュチュアンナの3足1,000円ルームソックスがお買い得!

(吉田麻里子さん・メーカー勤務/東京都)

はき心地も気持ちいい! ピンクレッグウォーマー、ブルー5本指ソックス、イエローソックス3足で¥1,050/チュチュアンナ

hudie.com

あったかインナーが冬おしゃれの味方です♪

いわゆる「ババシャツ」や「腹巻き」も、最近は可愛くて高機能なものがいっぱいです!

クチコミ8連発!

クチコミ 39
胸もとがレースのババシャツなら、外から見えても可愛いキャミみたいで使えます!
（山本愛美さん・サービス業／神奈川県）

クチコミ 40
長めのマフラーを愛用。普通のマフラーにもなるし、寒いときはポンチョ風にも使える。
（秋山由紀さん・医療関連勤務／富山県）

クチコミ 41
冬はもっぱらスキニーデニムをブーツイン。デニムの下にはもちろんタイツをはきます。
（猪瀬絵理子さん・主婦／和歌山県）

クチコミ 42
デートのときに可愛い薄手ワンピを着るなら、コートはがっつり厚めのムートンかダウン。
（大橋美月さん・メーカー勤務／鳥取県）

クチコミ 43
足先が冷えるので、足裏に貼るカイロが欠かせません! ブーツの中でつま先が冷えない。
（佐野由美子さん・サービス業／福島県）

クチコミ 44
タイツを2枚ばきしています! ブーツのときはさらにくるぶし丈のソックスも重ねる。
（野口美恵さん・学生／埼玉県）

クチコミ 45
上着にダウンを着れば、中は薄着でもかなりあたたかくて女のコらしいコーデができる。
（橋本圭子さん・商社勤務／埼玉県）

クチコミ 46
2way・3wayタイプの、寒さや暑さを調節できるコートが毎年役立っています。
（小山麻希子さん・メーカー勤務／愛知県）

クチコミ 32
見せても可愛いPJのあったか下着を愛用中♥
（友結早恵さん・メーカー勤務／広島県）

Vネックのインから可愛いドット柄をチラ見せ♥

キャミソール¥2,400／PJ（ピーチ・ジョン）※ストア限定 ニット¥21,000／イエナ（イエナ BC SALON 渋谷店）ショートパンツ¥18,900／カーライフ（カーライフ中目黒店）レギンス¥4,900／ボナジョルナータ（ファイブフォックス）ゴールドネックレス¥1,575、パールリボンネックレス¥1,785／ともにビーアンエンジェル

めちゃくちゃ薄くて軽いのに、着心地はあたたかいから不思議! 〈左〉ベージュ三分そでインナー「マジ軽ホット」¥3,780、〈右〉ピンク七分そでインナー¥3,990／ともにマジ軽ホット（トリンプ・インターナショナル・ジャパン）

クチコミ 31
トリンプの「マジ軽HOT」は薄くて軽いのにあたたかい!
（深田 結さん・IT関連勤務／秋田県）

クチコミ 30
トリンプのあったか補整下着「スリムホット」が超使える!
（相沢幸奈さん・学生／新潟県）

あたたかい上にボディラインもきれいに見せてくれるうれしいインナー! 〈左〉モカVネック五分そでインナー「スリムホット」¥4,095／スリムホット（トリンプ・インターナショナル・ジャパン）〈右〉「スゴ衣」のあったかガードル¥3,465／美ショーツ（ワコール）

深めのVネックや深めのラウンドネックで、コーデの邪魔をしないあったかインナーです。〈上〉黒×ピンクドット花柄深Vネック¥2,700／PJ（ピーチ・ジョン）〈下〉チェック柄深ラウンドネック¥2,415／アモスタイル（トリンプ・インターナショナル・ジャパン）

クチコミ 34
胸開きの大きいあったかインナーは、外に見えなくて安心♥
（澤口亜里沙さん・主婦／東京都）

薄くて軽くてあたたかい「スゴ衣」。超極細のマイクロアクリルの繊維でふんわりと体を包み込み、保温してくれます。肌ざわりもなめらかで気持ちいい! ダークパープルラウンドネックひじ丈インナー¥3,570、レギンス¥4,200／ともにスゴ衣（ワコール）

クチコミ 35
ワコールの「スゴ衣」は本当にすごい!
（川田奈々恵さん・教育関連勤務／愛媛県）

クチコミ 33
手持ちのブーツをファーブーツにしてくれるアイテム発見!
（増田 彩さん・医療関連勤務／愛知県）

まるでファーブーツ! 風も入らないから脚のあたたかさも◎

ロングカーデ¥16,800／アバハウス・ドゥヴィネット（アバハウスインターナショナル）ブラウス¥13,650／イエナ（イエナ BC SALON 渋谷店）スカート¥15,750／スピック&スパン（スピック&スパン BC SALON 渋谷店）ブーツ¥52,500／フランコ マルティーニ（イエナ BC SALON 渋谷店）タイツ¥840／靴下屋（タビオ）

ブーツ用のフェイクファーのカバー。手持ちブーツがファーブーツに変身! ¥1,554／プラザ

クチコミ 36
女のコはおしりを冷やしちゃダメだから、毛糸のパンツはマスト!
（筒見和美さん・メーカー勤務／北海道）

ミニ丈スカートには欠かせない毛糸のパンツ。おなかまで覆うタイプもあります! 〈左〉パステルボーダー毛糸パンツ¥1,890／アンフィ（ワコール）〈右〉白×パープルボーダー腹巻き毛糸パンツ¥1,575／アモスタイル（トリンプ・インターナショナル・ジャパン）

クチコミ 38
服のブランドでも、あったかインナー見かけます!
（田口彩子さん・メーカー勤務・千葉県）

〈右〉あったか素材インナーキャミ¥1,050／ホットビート〈中〉吸湿・発熱・保温にすぐれた「ヒート&コンフォータブル」という素材を使用しています。¥5,775／ロペ〈左〉十分丈レギンス¥2,940／ペイトンプレイス（ファイブフォックス）

吸湿発熱素材「はつねつインナー」。赤は見た目もあったかくて◎。¥1,680／トリンプ（トリンプ・インターナショナル・ジャパン）

クチコミ 37
おなかを冷やしたくないから可愛い腹巻き愛用中。
（上木友美さん・医療関連勤務／神奈川県）

便利なポケット付き腹巻き。カイロを入れたり、生理用品を入れたり、役に立ちそうです! ¥1,900／PJ（ピーチ・ジョン）

札幌 ガールズの真冬防寒対策おしえて!

北の都市・札幌のおしゃれな女のコに、冬を乗り切るコーデを見せてもらいました!

トップスはモコモコ ボトムはすっきりと

コートとストールはグラム、カバンはミュウミュウ、ブーツはL.L.S。手袋はいただきもの。寒くても小物はすっきりと使うようにしています。

クチコミ 50
ユニクロやワコールのあったかインナーは、冬の必需品☆
（田島しおりさん・販売員）

＼マストアイテム／
手袋、ストール、ブーツ、あったかインナー

vimee.net

ストールは羽織るだけでもあたたかいからハズせない

ジャケットとストールはシェル、デニムはシェル×リー。雪の日は、コート＋ストール＋ブーツで防寒。屋内はあたたかいから厚着はしません。

クチコミ 49
ストールは、首もとに巻いたり、膝掛けにもなるスグレもの!
（岡戸香奈さん・販売員）

＼マストアイテム／
ストール、タイツ、ブーツ

吹雪や風が強い日はイヤーウォーマー!

レッドクローバーのボリュームニットとショーパン。1月や2月はかなり冷え込むので、ウールコートとニットストールは欠かせません。

クチコミ 48
イヤーウォーマーは、ヘアーバンド感覚でさりげなくつけると可愛い。
（岡田亜里砂さん・販売員）

＼マストアイテム／
マフラー、手袋、タイツ

寒い冬を乗り切れる☆

オズモーシスのダウンモッズコート、ニットカーデ、ブーツでコーデ。寒いときは、アウターの下にカーデをプラスしてます。

クチコミ 47
モッズコートの下にニットカーデで風を防ぎます!
（佐藤奈津希さん・販売員）

＼マストアイテム／
あったかインナー、手袋、ブーツ

ベストヒットコスメ!!

人が「使える!」とイチオシした今年の推薦アイテムを大発表します!

撮影／梶田麻矢（小笠原事務所）

「付属のブラシとチップがすごく使いやすい!」
池田 舞さん
（メーカー勤務・27歳）

「色によって目もとの表情が変わる!」
金沢志保さん
（派遣会社勤務・25歳）

「限定色は遊びのメイクにもぴったり♥」
水野友貴さん
（マスコミ勤務・26歳）

「シャイニーな色はぼかしてアイシャドウに♥」
みえさん
学生・20歳）

「アイラインが苦手な私のお気に入りです」
まりこさん
（教育関連勤務・25歳）

1位

メイクアップ部門

RMK インジーニアス ジェルライナー

のびがよく、「カンタンにきれいなラインがひける!」と厚い支持をうけたジェルライナー。定番カラーの使いやすさはもちろん、シーズン限定の4色はぼかしてアイシャドウとしても使えるキレイ色が評価されました。全7色［うち4色はシーズン限定］ 各¥3,990／RMK Division

ジャーナリスト 富千晴さん
ソウルファミリー ビューティークリエーター TAKAKOさん
No.9 ヘアメイク 菊地美香子さん
nude. ヘアメイク 川添カユミさん
nude. ヘアメイク 麻生陽子さん
ピースモンキー ヘアメイク 木部明美さん
roraima ヘアメイク 間 隆行さん
roraima ヘアメイク 大島清子さん
roraima ヘアメイク 中村未幸さん
美容研究家 崎 恵さん
美容皮膚科医 友利 新さん
ネイリスト 高野尚子さん
美容ライター 青柳恵美香さん
美容ジャーナリスト 錦織なつみさん
美容ライター 石松アミさん
美容ライター 片山幸代さん
美容ジャーナリスト 中嶋マコトさん
美容ジャーナリスト SAKURAさん

美容のプロ18人

steady.的ベストヒット「私たちが選びました!」

いつもsteady.を可愛く[illegible]ヘアメイクさん[illegible]美容のプロ[illegible]ナリス[illegible]美容皮膚科医さん、そして読者モデルが今年のNo.1を教えてくれました!

蝴蝶网 hudie.com

今年のヒットも使えるコスメも丸わかり!

2009

美容のプロ18人&steady.読モ・読者1,000人の

コスメ界も年末の総決算! 美容のプロ18人と読モ・読

「とろみのあるテクスチャーが気持ちいい!」
倉形まなみさん
(医療関連勤務・28歳)

「クレンジングなのに美容液みたい」
大森彩子さん
(金融関連会社勤務・26歳)

「疲れを癒してくれるNo.1アイテム!」
ゆりかさん
(飲食関連勤務・27歳)

「すっきりと落ちるのに肌はすごくうるおいます」
伊藤奈央さん
(学生・22歳)

1位

スキンケア部門

エスト クレンジング エッセンス エンリッチド

「しっかりメイクが落ちるのに保湿もできる!」
のりこ☆さん
(サービス業勤務・28歳)

メイクを落としながらスキンケアをするという発想のもとに生まれた、まるで美容液のようなクレンジング。洗い流したあとも肌をしっかり保湿してくれるから、クレンジングのあとの不快感とはもう決別! ¥4,725/エスト

読者モデル代表

メーカー勤務 小泉亜紀さん
教育関連勤務 細川瑞恵さん
マスコミ勤務 水野友貴さん
IT関連勤務 澤井 彩さん
商社勤務 古月里奈さん
ネイリスト 磯部奈央さん
金融関連会社勤務 上村菜津子さん
メーカー勤務 池田 舞さん
医療関連勤務 倉形まなみさん
メーカー勤務 平川ちひろさん
金融関連勤務 野中優子さん
メーカー勤務 宇野泰子さん

保険会社勤務 山本可奈さん
学生 星 千尋さん
メーカー勤務 林 亜紀さん
学生 八木麻衣子さん
保険代理店勤務 中山真見さん
IT関連会社勤務 垰 智子さん
貿易会社勤務 中田絵里奈さん
メーカー勤務 森下まいさん
広告代理店勤務 伊藤寿賀子さん
化粧品会社勤務 高木麻衣さん

and more…
steady.全国の読者のみなさん!

蝴蝶网 hudie.com
vimeet.net

アイテム部門別ベスト3

まずは、今年の旬ともいえるメイクアイテムのベストコスメを発表！ トレンドのカラーはもちろん、使いやすさもバツグンのアイテムばかりが揃いました♪

蝴蝶网 hudie.com

マスカラ部門

1位 ヘレナ ルビンスタイン ラッシュ クイーン フェリン ブラック EX WP

とにかく濃密な黒の発色で強い目力を実現してくれるマスカラは、アイメイク重視派の間の鉄板アイテム！ インパクトのあるまつげがつくれ、ウォータープルーフなのもうれしい。01 ブラック ¥4,410／ヘレナ ルビンスタイン

「アイメイクはこれがないとはじまりません！」
伊藤寿賀子さん（広告代理店勤務）

「まつげが少なくてもしっかり存在感が出る！」
上村菜津子さん（金融関連会社勤務）

「これに出会ってから他のものが使えない！」
steady.読者代表 和奈さん（メーカー勤務）

2位 RMK エクストラ ディープマスカラ

ベースとマスカラのダブルエンドタイプ。両方の液を交互に重ねることでぐんぐん魔法みたくまつげが伸びるのにみんなが感動しました。上向きにキープするとカールもばっちり。01 ブラック ¥4,200／RMK Division

「繊維入りのベースのロング効果がすごい！」
編集部美容担当 山梨

3位 ランコム オシィラシオン

電動マスカラという新境地を開拓してコスメフリークをもうならせたこのアイテム。あてるだけでしっかりとセパレートし、上向きのまつげが作れると、朝時間のないお仕事ガールから大評判に!! ¥5,250／ランコム

「めんどくさがりの私でもこれ1本でOKです」
古月里奈さん（商社勤務）

yinmeng.net

アイシャドウ部門

1位 シャネル レ キャトル オンブル

大人のアイメイクのマストハブとして、多くの人が推薦したこのアイテム。今年発売のこの2つのカラーは、どちらも大人っぽくフェミニンな目もとがつくれるパレットとして大人気でした。（右から）♯16ムラーノ、♯17プロメス 各¥7,245／シャネル

「オンもオフもこれひとつでいろいろ楽しめます！」
細川瑞恵さん（教育関連勤務）

「毎年新色が楽しみなパレット！」
steady.読者代表 みわっちさん（サービス業勤務）

「透明感のある上品な色合いが大好き」
steady.読者代表 高平美緒さん（教育関連勤務）

2位 RMK ミスティーク アイズ

5色セットのアイシャドウはブレンドしても単色でも使え、さまざまな印象をつくれます。落ち着いた色味ながら、RMKならではの透明感やきらめきのファンが多数！（左から）01 コーラル、04 グリーン 各¥3,990／RMK Division

「なめらかなグラデが簡単に作れます！」
宇野泰子さん（メーカー勤務）

3位 スリー シマリング カラー ヴェール

今年デビューの新ブランド「スリー」からは、ルースタイプのアイカラーがランクイン。色を重ねてもにごらないから、クリアな発色で思い通りの表情に。ベージュやピンクはベースにも重宝！ 全20色。（左から）03、06 各¥3,675／スリー

「すごく繊細な輝きが目もとにフィットします！」
伊藤寿賀子さん（広告代理店勤務）

今年1年のトレンドフェイスを作った! メイクアップ

蝴蝶网 hudie.com

チーク部門

1位 ジルスチュアート ミックスブラッシュ コンパクト

乙女心をつかむパッケージで大人気のジルのチーク。今年も新色が登場、特に09のフレッシュなピンクはオンにもオフにも活躍! キュートなブラシときれいな発色のチークは、お仕事ガールのマストハブ。09 ¥4,725／ジルスチュアート ビューティ

「ミックスでも単色でもいろいろ遊べる♥」
野中優子さん（金融関連勤務）

「ケースにひとめ惚れして以来、色違いで揃えています」
steady.読者代表 さとうゆきこさん（メーカー勤務）

「バリエ豊富なピンクのきれいな発色が大好き!」
森下まいさん（メーカー勤務）

2位 シュウ ウエムラ グローオン

肌になじむふんわりとした質感で、ナチュラルで健康的な表情をつくってくれます。ナチュラルなワイン系のカラーから、フレッシュなピーチまで、自分のなりたい顔にあわせて色をセレクトして。（上から）M24、P34、P45 各2,940／シュウ ウエムラ

「ふわっとのせるだけでたちまち肌がいきいきとします」
宇野泰子さん（メーカー勤務）

3位 カネボウ フラッシュブラッシュ

練りタイプのチーク。プロからの厚い支持はもちろん、コスメに詳しい読者からも多く名前が挙がりました。今年の新色は鮮やかなピーチピンクがツヤのある頬に彩り、顔を立体的に演出してくれます。09 フィールズラブ ¥5,250／カネボウ化粧品

「健康的でナチュラルな頬がずっと続くのがいい!」
上野真紀子さん（IT関連会社勤務）

精美网

ファンデーション部門

1位 イプサ ピュア プロテクト リキッド ファウンデイション

リキッドなのに厚ぼったくならず、ナチュラル肌をつくれちゃうファンデーションとして多数の支持を受けたのがイプサ。スキンケアでも人気があるだけあり、うるおいが持続する使用感も人気の秘密。全6色〈SPF25／PA+++〉¥4,200／イプサ

「ナチュラルな仕上がりがお気に入りです」
埣 智子さん（IT関連会社勤務）

「薄づきなのに肌の悩みをカバーしてくれます」
steady.読者代表 としこさん（広告代理店勤務・29歳）

「今年No.1のファンデです!」
steady.読者代表 まるみさん（会社員・24歳）

2位 RMK パウダーファンデーションEX

パウダリー派から支持を受けた、RMKのファンデーション。コンパクトのなかに2種類のパウダーをプレスして、パウダーにパールを重ねるという新しい仕上がり感が評判に! 全9色〈SPF24／PA++〉¥6,825／RMK Divison

「パウダリーの軽さとリキッドのツヤを両立できます」
steady.読者代表 加奈さん（メーカー勤務）

3位 ディオールスキン ヌード フルイド

ミネラルウォーターを45%配合した、うるおいのあるリキッドファンデ。その軽い使用感とナチュラルな仕上がりで人気のアイテムにランクイン。乾燥しやすい肌にもうれしい。全6色〈SPF10〉¥5,775／パルファン・クリスチャン・ディオール

「さらっとしていてつけ心地が軽いのがうれしい」
steady.読者代表 まいまいさん（学生・21歳）

下地部門

「これとパウダーだけでもキレイな肌が完成します♪」

林 亜紀さん（メーカー勤務）

1位
RMK クリーミィ ポリッシュド ベース

ーミィなテクスチャーなのに、塗ってみるとハーフマットな仕上がりで毛穴レスな肌になれちゃうすごい下地。クリアなタイプから、肌色を補正してくれるベージュ系まで揃っています。色。01 ¥3,675／RMK Division

「もちもちとした肌がファンデを塗っても続きます」

新井夏海さん（メーカー勤務）

2位
エクスボーテ ビジョニックセラム

メイク前のスキンケアの最後に使うと、肌になじんだ瞬間ハリ感を実感できるメイク用美容液。キメ細かい「女優肌」仕上げに。30g ¥5,040／マードゥレクス

「コンシーラーいらずのカバー力がうれしい!」

steady.読者代表
渡辺 梓さん（アパレル勤務・26歳）

3位
パッションニューヨーク スムースイレースEX BB エッセンスインクリーム

BBクリームだからオフの日はコレだけでも大丈夫な、びっくりのカバー力を持つアイテム。毛穴や凹凸も隠れる! 37g ¥1,890／パッションニューヨークディヴィジョン

アイライナー部門

1位
マジョリカマジョルカ パーフェクトオートマティックライナー

ぶきっちょさんでも自在にキレイなアイラインがひける! と、とにかく大好評なアイライナーのリニューアル版。にじまず、朝メイクしたてのくっきりとした目もとがずっと持続。色違いで愛用する人も。全7色。（上から）BR601、BK999 各¥1,260／資生堂

「アイラインは苦手だったけどこれなら難しくない」

steady.読者代表
みおさん（学生）

「ジェルよりものびがよく描きやすい!」

山本可奈さん（保険会社勤務）

2位
ソニア リキエル ウルトラ アイライナー

クリーム状のアイライナーがフィット。なめらかな使用感でよれずにキレイなラインをキープしてくれます。全5色。01 ブラック ウルトラ ¥3,675／ソニア リキエル

「ペンシルなのにしっかりと濃い黒なのがお気に入り」

steady.読者代表
まっつさん（飲食業勤務）

3位
アディクション アイライナーペンシル

今年デビューした新ブランドからランクイン。ペンシルタイプでお手軽なのに、ウォータープルーフもばっちり。01 ブラックジャック ¥2,625／アディクション

アイブロウ部門

1位
マキアージュ パウダータッチ アイブロー

使いやすいペンシルタイプのアイブロー。パウダーを多く含んでいるので、ペンシルでもふんわりとした自然な眉を描くことができると評判! 全3色。（奥から）BR650、BR750 各¥945（編集部調べ）／資生堂

「使いやすいペンシルタイプなのに、自然な眉になります!」

steady.読者代表
安田章子さん（音楽関連会社勤務）

「眉を描くのが苦手な私もこれなら自然!」

星 千尋さん（学生）

2位
コフレドール ブロウメイクコンパクト

多機能な付属のブラシが優秀との声が多数。2色のパウダーとクリームで理想の眉が描けちゃいます! 全2色。BR-40 ¥3,150（編集部調べ）／カネボウ化粧品

「コンパクトでポーチにも入るし、自然な仕上がりが好み」

steady.読者代表
風間ゆりこさん（メーカー勤務）

3位
スリー プレスト アイブラウ デュオ

どんな肌色にもなじみ、自然な眉が描ける2色のパウダー。描きやすい付属の斜めカットのブラシは、初心者にも使いやすい! 全3色。01 ¥3,675／スリー

リップ&グロス部門

「細かいキラキラといい香りが大好き♥」

編集部美容担当
春原

1位
ジバンシイ グロス・アンテルディ

キラキラとしたパールがキレイなグロス。カラーバリエも豊富で、ジバンシイらしいパッケージも人気。着け心地も快適♪ 全12色。（奥から）03 コーラル・フレンジー、01 カプリシャス・ピンク 各¥3,675／パルファム ジバンシイ

「24金のキラキラはほかにないキレイさ!」

steady.読者代表
土谷恵美さん（化粧品会社勤務）

2位
イヴ・サンローラン ゴールデングロス

24金配合で唇にジュエリーみたいな輝きをプラス。全6色。（左から）No.20、No.26（アジア限定リバイバル色）各¥3,465／イヴ・サンローラン・ボーテ

「ツヤっとした仕上がりでリップいらずのキレイな仕上がりです。」

中田絵里奈さん（貿易関連会社務）

3位
エスプリーク プレシャス ドレスオン グロッシールージュ

乾燥しがちな唇の表面に膜をつくりツヤがでる! という声多数。お仕事にも遊びにも。全10色。（左から）PK881、BE280 ¥2,625／ボーテ ド コーセー

蝴蝶网 hudi
慧美网 vimee.net

毎日のスキンケアを楽しく、効果も実感できちゃう!

ベーシックスキンケア アイテム別ベスト3

自分の素肌をキレイにするには、まず毎日のスキンケアが大切! クチコミ&ランキングを参考に、次に買うアイテムを探してみては?

クレンジング部門

1位 ポール&ジョー クレンジング ミルク N

優しいクレンジングを好む人からはもちろん、プロも多く名を挙げたのがこのクレンジング! 肌に負担をかけずにマッサージをしながらしっかりメイクを落とすことができちゃいます。250mℓ ¥3,675/ポール&ジョー ボーテ

「肌が弱いのでオイルは苦手。ミルクでもしっかり落ちるのがうれしい♥」
野中優子さん（金融関連勤務）

「オイルなのに肌への負担を感じない! すっきり落ちるので重宝」
steady.読者代表 坂本優加さん（マスコミ勤務）

2位 ファンケル マイルド クレンジング オイル

1997年の発売以来、高いリピート率を誇る。こすらずするんと落ちるクレンジング力と、肌への優しさを実感できる優秀さに脱帽。120mℓ ¥1,785/ファンケル

「ふき取りタイプなので、洗顔で乾燥気味になるのがなくなりました」
古月里奈さん（商社勤務）

3位 ビオデルマ サンシビオ エイチツーオー

ふき取りクレンジングなのに化粧水と同じうるおい補給効果を得られるから、どんなに疲れて帰った日でも大丈夫! 250mℓ ¥2,940/ジャンパール

洗顔部門

1位 ソフィーナ ボーテ 泡マッサージケア洗顔料

くすみがちな肌が明るくなる! と評判になったのが、炭酸泡で洗う発想の洗顔料。手ではつくれないふわふわの泡で、毎日の洗顔を楽しく! 洗ったあとのモチモチ感も◎。¥2,940（編集部調べ）/花王ソフィーナ

「忙しい朝も濃厚な泡でしっかり洗顔できます」
小泉亜紀さん（メーカー勤務）

「すっきりとした洗いあがりが気に入ってます!」
steady.読者代表 りさん（人材派遣勤務）

2位 エクスボーテ ホイップフルウォッシュ

キメ細かく、弾力のある泡が毛穴の汚れまですっきりクリアにしてくれると高評価を受けたアイテム。肌が明るくなるのを実感! 140g ¥2,940/マードゥレクス

「肌への優しさはもちろん、香りでリラックスもできちゃう」
平川ちひろさん（メーカー勤務）

3位 ガミラシークレット ゼラニウム

ガミラシークレットからは、ゼラニウムの香りが人気。イライラや落ち込んだ気分を和らげ、心のバランスを保つのを助けてくれます。約115g ¥3,465/シービック

乳液部門

1位 SK-II スキン シグネチャー

1度使うとやみつきになってしまう、切り札的存在の乳液。ハリ・ツヤ・キメの3つのポイントを実感レベルで改善してくれます! 乳液にありがちなベタつきもなし! 80g ¥15,750（編集部調べ）/マックス ファクター

「これを使うと他のが使えない、究極の保湿乳液です」
steady.読者代表 日高ゆきさん（サービス業勤務）

「1度使ってから、めっきり信者! 肌の柔らかさを実感」
上野真紀子さん（IT関連会社勤務）

2位 エクサージュ モイスチュア ミルク II

steady.世代のスター乳液といえばアルビオン。肌が柔らかくなった、ふっくらしたというコメントも多数挙がる、ランキングの常連。200g ¥5,250/アルビオン

「さらっと使えるのに、スキンケア効果も高い!」
steady.読者代表 エリコさん（美容関連会社勤務）

3位 シャネル エクストレム コレクシオン フォーミング フリュイド

さらっとしたテクスチャーなのに、クリームみたいなリフト効果が得られる! と話題の日中用乳液。メイクのノリもアップ。〈SPF15〉50mℓ ¥14,700/シャネル

化粧水部門

1位 アユーラ ウェルバランス バランシング プライマー WT II

肌のゆらぎや保湿不足を補い肌のコンディションを整えてくれる化粧液。美白効果もあり、なんとなくパッとしない肌をクリアにしたい人や、くすみ感のない肌を目指す人にぴったり。100mℓ ¥4,725/アユーラ ラボラトリーズ

「乳液いらずで手軽なのに、肌が明るくなった!」
steady.読者代表 大平雪乃さん（医療関連勤務）

「忙しくて生活がみだれがちなので、癒しの香りもGOOD。」
水野友貴さん（マスコミ勤務）

2位 アンドルー・ワイル フォー オリジンズ プランティドート トリートメント ローション

肌の状態が乱れがちな忙しいお仕事ガールから厚い支持を得たこのアイテム。さまざまなストレスで元気をなくした肌が生き返る! 200mℓ ¥5,250/オリジンズ

「優しい使用感が乾燥気味の肌にも浸透しました!」
steady.読者代表 井野清佳さん（金融関連会社勤務）

3位 スリー バランシング ローション(エンリッチング)

乾燥した肌の奥にすーっとしみこむように優しくうるおす化粧水。今年デビューの新顔ながら、高評価でランクイン。140mℓ ¥5,775/スリー

蝴蝶网 .com
慧美网 yimee.net

美のプロも読者も絶賛!! 使える!! プチプラコスメはこれ!

読者の厚い支持を受ける、ドラッグストアをはじめとしたプチプラコスメ。うれしい値段だけでなく、その効果もあなどるなかれ!

多数のプロが絶賛した優秀アイライナー
ケイトのフレーム インパクトマーカー

クが苦手なコでもキワをくまなく埋められるマーカー。一般読者だけでなく、プロのメイクさんからも評価が高かったプチプラ優秀アイテムはトライの価値アリ!!

「キワを埋めるのにコレはすごく使いやすい!」
平川ちひろさん(メーカー勤務)

「苦手な私でも目力がグンとアップします!」
山本可奈さん(保険会社勤務)

ココがスゴイ!

まつげとまつげの隙間を埋められるように、3つに細かく分かれた先端がポイント。ケイト フレームインパクトマーカー ¥1,155/カネボウ化粧品

化粧水はバシャバシャ使える「超」プチプラ常備が当たり前!!
イミュのハトムギ化粧水 & ハーティラブ 柔軟水Ⅱ

「とにかく値段を気にせずバシャバシャ使いたい!」という読者の希望をかなえてくれるのが、3桁プライスの化粧水。普通の使い方はもちろん、コットンパックでのたっぷり使いも問題ナシ!

大容量も登場!
大容量がうれしい大きめボトルも登場。乾燥肌さんも量を気にせずたっぷり使えるうれしいサイズ。400mℓ ¥987/B&Cラボラトリーズ

「使用後のしっとり感がお気に入り。あまり匂いが強くないのも◎」
新井夏海さん(メーカー勤務)

超乾燥肌にも優しいうるおい重視タイプの化粧水。大豆のパワーで肌をしっとり、ふっくらと整えます。ハーティラブ 七福豆 柔軟水Ⅱ 200mℓ ¥609/B&Cラボラトリーズ

トラブル肌にもヒリヒリしない、自然派な無香料・無着色の化粧水。肌のターンオーバーを整え、肌のリズムを正常に整えます。ナチュリエ スキンコンディショナー ハトムギ化粧水 500mℓ ¥682/イミュ

「たっぷり使っても減らない、大容量がうれしい! リピート率が高いです」
細川瑞恵さん(教育関連勤務)

バリエ豊富なスキンケアを探すなら
実は 無印良品 がスゴイんです!

プチプラで量もたっぷり、肌質や状態にあわせて種類もいろいろ選べるスキンケアを探している人に朗報! 実は無印良品のコスメコーナーが、かなり充実しているんです!

「乾燥やニキビなど、肌の状態にあわせて選べるところが◎」
佐々木さおりさん(人材会社勤務)

「いろんなところにあるので、なくなってもすぐに買えて便利」
大森尚子さん(商社勤務)

この3種類のほかにも、いろいろなタイプのスキンケアが揃う無印良品。店頭でチェックして! (左から) 薬用美白化粧水・さっぱりタイプ 200mℓ ¥1,500、化粧水・敏感肌用・しっとりタイプ200mℓ ¥580、高保湿化粧水 200mℓ ¥1,800/すべて無印良品 有楽町

気兼ねせず使いたいからシートマスクはプチプラが◎!
美肌一族 をまとめ買い!!

読モのクチコミから火がついた、美肌一族シリーズは特にこのシートマスクがイチオシ。たっぷりと液を含んだシートが肌の奥にうるおいを補給し、使用後の肌をぷるぷるにしてくれます!

ふっくらとしたモチ肌を目指すなら、ヒアルロン酸などが配合された「美肌紗羅」のシートマスクをセレクトして。美肌紗羅 シートマスク¥450/ラブラボ

「デートの前の日は必ずコレを使います!」
倉形まなみさん(医療関連勤務)

初つけまつげはプチプラでトライ!
コージー本舗の スプリングハート

常づかいも当たり前になりつつあるつけまつげ。初めてなら、プチプラでつけやすいものがオススメ。コージー本舗スプリングハートは、初心者でもきれいな仕上がり♪

「まつげの1本1本が細くて繊細な生え方だからつけてもナチュラル」
理紗さん(サービス業勤務)

「根元が柔らかいのでずっと着けてても痛くない!」
三田裕美子さん(学生)

01は自然になじむ長さと濃さでナチュラルな仕上がり、02はシリーズ[illegible] (左から) 01、02 各¥399/コージー本舗

コンシーラーは
パッションニューヨーク スムースイレース EX が定番です!

気になる肌悩みをカバーするコンシーラー。上からファンデーションを重ねるから、できるだけ厚ぼったくならないのがいい! という人に人気なのが、このコンシーラーなんです。

「自然なカバー力で厚ぬりに見えない!」
智子さん(IT関連会社勤務)

毛穴やニキビあと、凹凸などの肌悩みをしっかりカバー。ナチュラルなのにつるんとした仕上がりに。スムースイレースEX 15g ¥2,100/パッションニューヨークディヴィジョン

蝴蝶网 hudie.com

美容のプロ&読者が推薦

肌悩みに効く! 今すぐ欲しい 機能に!

イチオシベストコスメ発表!

蝴蝶网 nudie.com

いつも何かの肌トラブルに悩まされている人も少なくないはず。「これなら効く!」という究極のアイテムを、ここで大発表～!!

アレコレするのはめんどくさいけど、乾燥はやっぱり辛い!

乾燥に効く! コレ1本 ランキング!!

1位 RISOU リペアジェル

粘性も感じるテクスチャが超乾燥肌もしっかりと守り、肌の持つ回復力を目覚めさせてくれる美容液。熱烈なラブコールで見事1位に!

「肌がもちっとして、気になるシミもうすくなった!」

小野絵美里さん（貿易関連会社勤務）

無農薬のお米を原料に、水を1滴も使っていない美容液。乾燥で悩む人はもちろん、ビタミンCやアミノ酸も配合されているので肌の調子が乱れやすい人にもオススメ。リペアジェル 32mℓ ¥15,750／リソウ

2位 ソニア リキエル イドラ プルミエール エクセラン

スキンケア前に使う導入美容液は、通称「イドプル」の愛称で大人気! 1本取り入れるだけでその効果を実感できるはず。

「コレを使うと、ぐぐっと肌の奥に浸透するのを実感!」

篠崎美奈さん（会社受付）

洗顔後にすぐ使う美容液。肌を柔らかく解きほぐして、次に使うスキンケアを受け入れやすい状態に整えます。イドラ プルミエール エクセラン 80mℓ ¥5,250／ソニア リキエル

3位 ドゥ・ラ・メール クレーム ドゥ・ラ・メール

多くの有名人や美容ジャーナリストが乾燥対策の定番として名前を挙げる「ドゥ・ラ・メール」。優雅なスキンケアタイムを演出。

どんな肌タイプでも、また顔以外にも使える万能クリーム。肌のバランスを整えて、ふっくらとした肌に導きます。クレーム ドゥ・ラ・メール 60mℓ ¥33,600／マックス・ヒューバー リサーチ ラボ

「とにかく肌の不調にはコレ! と決めています」

澤田絵里さん（教育関連勤務）

クマが改善する!

とっておきアイクリーム ランキング!!

1位 アモーレパシフィック タイムレスポンス アイクリーム

肌の疲れが出やすい目もとに、しっかりと効き目を感じたいならちょっと高価格のアイテムをチョイス。今からのケアが将来のハリのある目もとに

「効いてる! って実感するアイクリーム」

正木あゆみさん（メーカー勤務）

目もとの血流循環を促し、くすみやクマといった悩みを解決すると同時に、肌のヒアルロン酸の生成を促進するコンジンセンなどを配合。15mℓ ¥32,5…／アモーレパシフィック

2位 インナーシグナル リジュブネイト クリアアップアイズ

20代からの目もとのエイジングケアを意識した入門アイテムは、インナーシグナルのような普段使いのスキンケアとなじみのあるものを選ぶのも正解です。

「アイクリームの1本目に、とっつきやすい価格がうれしい」

中川真美さん（接客業勤務）

肌なじみのよいクリームが、メラニンの蓄積を抑えシミ・そばかすを防ぐ"エナジーシグナルAMP"や保湿成分をしっかりと届けます。9g ¥5,250／大塚製薬

3位 草花木果 アイクリーム

ハリが以前よりもなくなったと感じたら、それを取り戻すケアをいち早く。肌の奥からふっくらとしたハリを取り戻せば、目もとの印象もグンとアップ

「チューブタイプで持ち歩きも便利。」

上田由莉さん（アパレル勤務）

コクのあるかためのクリームがピタっとフィットし、うるおいを閉じ込めながらしっとりハリを取り戻します。ほうれい線のケアにも使用OK。15g ¥4,410／キナリ

みんなの共通の悩みといえば…

大人ニキビに効く ランキング!!

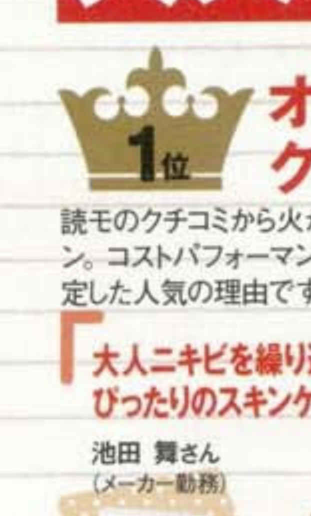
1位 オルビス クリアシリーズ

読モのクチコミから火がついた、大人ニキビに効くスキンケアライン。コストパフォーマンスも優秀で、リピートして長く使えるのも安定した人気の理由です。

「大人ニキビを繰り返す私にぴったりのスキンケアです。」

池田 舞さん（メーカー勤務）

大人ニキビの原因となるうるおい不足を適切にケアできるスキンケアライン。(右から) クリアローションM 180mℓ ¥1,575、クリアモイスチャー M 50g ¥1,785／オルビス



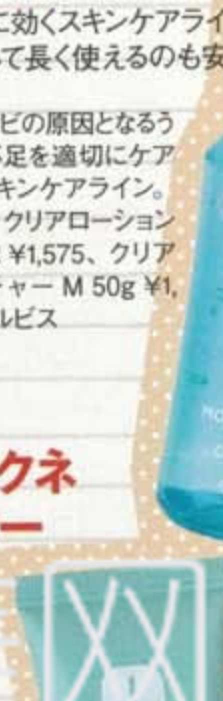
2位 エテュセ 薬用アクネ ホワイトシューター

ニキビだけでなく、ニキビあとにも注目したエテュセのスキンケアは、ニキビに常に悩む人の強い味方。ラインで使っているという声も多数。

「ニキビあとが目立ちにくくなりました!」

五十嵐恵美さん（貿易関連会社勤務）

うるおいや有効成分を肌の奥にいきわたらせバリア機能を回復。ニキビを防ぎながら、ニキビあとの気にならない肌へと導く化粧水。[医薬部外品] 170mℓ ¥2,940／エテュセ



3位 クリニーク アクネクリアリング モイスチャライザー

きめ細かなスキンケアが揃うクリニークも、厚い支持を獲得。うるおいをキープするのにべたつかないこの乳液は特に人気アイテム!

テカリを防ぎなめらかな肌に整えてくれる薬用乳液。すばやく肌になじみ、べたつき感なし! [医薬部外品] 50mℓ ¥3,675／クリニーク ラボラトリーズ

「べたつきが気になる乳液のイメージがなくなりました!」

山田真代さん（デザイナー）

これからの季節、リップクリームだけじゃ物足りない…

ふっくらリップをつくるリップケア ランキング!!

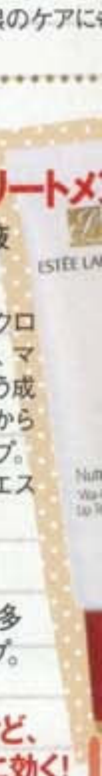
1位 イプサ エッセンス リップリペアランス

普段よりも乾燥がきつくなる季節は、リップ用美容液が大活躍。人気のイプサのリップエッセンスは、乾燥のトラブルだけでなく血色までもよくしてくれます。

「グロスの前に下地として使うと発色がきれい」

ましやさん（不動産会社勤務）

しっかりとした保湿効果で荒れ知らずになれるのはもちろん、唇のくすみを防いで血色のよい、明るい唇に整えてくれる有能アイテム。顔の印象が変わります! 10g ¥2,625／イプサ



2位 エスティ ローダー ビターミネラル リップ トリートメ…

いつでもポーチに忍ばせておける唇用の美容液の代表格といえばコレ。ふっくらリップが完成!

「すぐに浸透して唇がうるうるになります!」

笹口桃子さん（メーカー勤務）

栄養豊富なザクロシード オイルと、マキシリップという成分で唇を内側からボリュームアップ。13g ¥3,675／エスティ ローダー

3位 ユースキン メディリップ

荒れがひどいときはとりあえずコレ! という人も多い、肌に優しく安心感のあるジャータイプのリップ。

「いろいろ試したけど、コレが一番荒れに効く!」

通田綾子さん（金融関連会社勤務）

唇の荒れだけでなく、口角炎やた…などのトラブルにも対応OKの優…リップ。医薬品だから安心して使…す。8.5g ¥1,155／ユースキン

夕方のメイクくずれが悩みです…

メイクミスト ランキング…

1位 マリークヮント ミスティージェット

人気のローズマリーの香りと持ち運びに便利なサイズが好評の、マリークヮントのミスティージェット。定番だけでなく、毎年発売される限定品も大人気!

Tゾーンのテカリや、ほほのかさつきを感じたらシュッとうるおい補給。水分をしっかりキープするから、メイク直しでも活躍するはず。50mℓ ¥2,625／マリークヮント

「休憩時間にひとふきすると、肌も気持ちもリフレッシュ。」

原沙和子さん（PR会社勤務）

2位 イプサ ザ タイム リセット マイクロミスト

メイクの上からでも使えるミストのなかでも、肌への浸透が高いと評判なのがイプサ。

「普段のスキンケアと同じようなうるおい感が持続!」

中田絵里奈さん（学生）

超微粒子のミストがメイクの上からでも肌に浸透し、保湿しながら余分な皮脂や汗をおさえます。50mℓ ¥2,310／イプサ

3位 ユリアージュ ウォーター

敏感肌用化粧水として肌が弱い読者から挙がったこのアイテム。大きいサイズも人気。

「乾燥しやすいので小さいものは持ち歩き用にしてます」

垶 智子さん（IT関連会社勤務）

肌に優しくなじみ、メイクくずれを起こした肌にもすっと浸透。大・中・小の3つのサイズで用途にあわせて選べるのもうれしい。150mℓ ¥1,890／佐藤製薬

みんなが注目! ベストヒットコスメ「保湿に効く!! この1本」ランキング 第1位

RISOUリペアジェルがスゴイらしい!!

今月号の「ベストヒットコスメ」企画にて、乾燥に効くと大評判のリペアジェル。そのスゴさに、おなじみの読者が迫りました! 撮影／[商品]梶田麻矢(小笠原事務所)、[取材]深瀬典子

私が解説します!

中嶋マコトさん
モデルとして幅広く活躍。その経験から培った知識をいかし、ビューティジャーナリストとしても女性誌やwebサイトを中心に活躍中。

メーカー勤務
高沢奈苗さん

金融関連会社勤務
野中優子さん

確かにスゴイ!
でも他の化粧品と
どう違うの?

私たちが
スゴさの秘密に
迫ります!

そのスゴさを実証するため、おなじみの読者がリペアジェルを体験!!

そこで!

美容のプロや全国の特派員から支持の声が次々と!!

メーカー勤務
新井夏海さん
洗顔後これ1本でスキンケアをすませてます。乾燥がひどくなるこれからの季節も肌を守ってくれるので重宝しています。

出版社勤務
竹田ちなつさん
最近オーガニックのものが気になっていました。
100%植物成分だけだから、敏感肌の私でも安心です。

メーカー勤務
平川ちひろさん
重めのテクスチャなので化粧水で割ったりして使っています。肌の疲れやシミ、そばかすにも効果がありました。

P199
今月号のベストヒットコスメ「肌悩み別」ランキング

堂々の1位

steady.人気のコスメランキング企画で、おなじみのラインナップを押さえて堂々の1位に。コスメフリークが絶賛する、その実力のほどは?

保湿力の秘密はコラーゲン繊維!

リペアジェルだけでなく、その使い方についても丁寧に解説してくれた 中嶋さん。

野中：保湿に効くランキングで1位になったリペアジェルですが、他の化粧品に比べてどこが優れているんですか?

中嶋：保湿力の高さの秘密は、コラーゲン繊維にあります。コラーゲン繊維というのは、肌のハリを保ち支えたり、代謝を高めたり、水分を蓄える重要な組織。リペアジェルはこのコラーゲン繊維の生成を促すことでうるおう肌をつくるんですよ。

高沢：保湿というと、化粧水をたくさんつけるイメージです。

中嶋：もちろん、保湿成分でフタをしたり、水分を与えることも必要です。ただ、乾燥が強い季節は水分の蒸発も早いので、自分でも知らないうちに肌の奥が水分不足になってしまうんです。肌の中から保湿をするのが特徴な

クマとかくすみとか、肌がなんとなく透明感がないんです…」と悩む高沢さん。

野中：コラーゲン繊維って大切なんですね。そんな役割があるなんて。

高沢：リペアジェルには、アミノ酸やビタミンCが配合されているということなのですが、これにはどんな効果があるんでしょうか。

中嶋：アミノ酸とビタミンCは、肌のハリ感をもたらすコラーゲン繊維の再生を促す働きをしてくれます。まだSteady.世代にはなじみがないかもしれませんが、体内のコラーゲンは20代後半から徐々に減少をはじめます。コラーゲン繊維の衰えは、たるみ、毛穴の開きなどの原因のひとつ。アミノ酸やビタミンCは、体内でコラーゲン繊維の回復を促してくれるので、一時的な保湿だけではなく、継続的に使うことで自分の体のコラーゲンを丈夫することができ、ハリのある肌をキープすることができるんですよ。だからシワやシミの予防、たるみや毛穴の開きにも良いですね。

野中：オススメの使い方とかってありますか?

中嶋：重めのテクスチャなので、寝る前はもちろんですが、私がオススメしたいのは朝、メイク下地としても使えますよ。液の粘性が高いので、粉体をしっかりと密着させてくれるから特にパウダー派の人にオススメです。

野中：スキンケアだけでなく、いろいろな使い方ができるんですね。

中嶋：つけたときにじわっと温かくなるのですが、これはビタミンCが浸透していることによるもの。温まるので血行が促進されて、くすみがちな肌を明るくしてくれます。乾燥で悩んでいる人にはもちろん、肌の代謝をアップしてくれるので、キメが乱れがちな人にも使ってほしいです。今からの継続的なケアが、美しい肌を維持する秘訣ですよ。

乾燥肌の野中さん。「新しい化粧品とかは肌荒れが心配だけど、オーガニックなら安心ですね」

そしてなんと! 初回をインターネットから購入の場合…

¥15,750→¥9,980

乾燥に悩む人に使ってほしい、リペアジェル。1本で約2か月分のスキンケアがコレ1本で済んじゃいます。初回をインターネットから購入した人には、¥9,980の特別価格で購入が可能! このチャンスに是非おためしあれ!

…は
http://www.risou.com
…しくは 0120-4843-50

リペアジェルの詳しい情報や、原料についての詳しい解説を知りたい人はまずは左のURLにアクセス! フリーダイヤルから購入も可能なので、まずは電話してみて!

RISOU リペアジェル

原料は無農薬米!

リペアジェルの主原料は無農薬のお米。皇室献上米にもなった特別なお米を中心にした100%植物成分だけ。また、一滴の水も使用しない100%美容成分というのも驚き。

毎日の洗顔後、これ1本だけでもスキンケアが完了する究極の1本。しっかりとうるおいを閉じ込めてくれるこっくりとしたテクスチャが特徴なので、慢性的な乾燥を改善してくれます。これ1本で約2か月分。リペアジェル 32ml ¥15,750／リソウ

今、一番注目のスポットをご紹介!

NEW OPEN

今月も人気のショップが続々オープン! キャッチーなキャラクターが可愛いHbGや、トレンドを程よく取り入れたリアルクローズが揃うスナイデル、大人の遊び心たっぷりのケイト・スペードなど、おしゃれなお仕事ガールに欠かせないショップが登場します。

※商品のサイズは[タテ×ヨコ×マチ〈H×W×D〉／外ポケット数、内ポケット数]で表記。

撮影／中村圭介　地図製作／ジェオ

Fashion

スナイデル

snidel大丸心斎橋北館店

11/1 NEW OPEN

トレンドを取り入れたリアルクローズが揃うスナイデルが大丸にオープン

スナイデルのブランドコンセプトは「ストリートフォーマル」。白と明るい茶を基調としたクラシカルでロマンティックな雰囲気の店内は、広々とした室内空間でゆっくりとお買い物が楽しめます。今シーズンは特に、シンプルな中にも女性らしさを引き立てるディテール、品と優しさのあるロマンティックムード漂うアイテムが満載。また、ヴィンテージ感とニューモードを意識し、程よくスパイスを効かせた着こなしもおすすめです。オンにもオフにも活躍するリアルクローズはおしゃれに敏感な女性にぴったり。

SHOP DATA

㊟大阪府大阪市中央区心斎橋筋1-7-1 大丸北館B1F
☎ 06-4963-2661
㊢ 10:00～20:00
㊡不定休
http://www.snidel.com/

洋服に散りばめられたラインストーンが今年らしい
ラインストーンが全体に散りばめられた華やかなニットワンピース¥11,970／スナイデル(スナイデル心斎橋店)

ビジュー使いでおしゃれにシフト
ショルダー部分にビジューが付いたドルマンスリーブプルオーバー¥11,970／スナイデル(スナイデル心斎橋店)

ベスト付きだから着こなしも自由自在
コーデの幅が広がる使い勝手のよいベスト付きのニットカーディガン¥12,810／スナイデル(スナイデル心斎橋店)

シースルー素材で大人っぽく決まる
すそのリブ使いが大人っぽいシルエットを作るデザインニットワンピース¥12,810／スナイデル(スナイデル心斎橋店)

エイチビージー

HbGお台場店

11/14 NEW OPEN

キャッチーなアイコンで人気のHbGがお台場に待望のニューオープン!

おしゃれに敏感なタレントやモデル、有名人にもファンが多く、幅広い年代に愛されているブランドHbGがお台場ヴィーナスフォート2Fにニューオープンしました。定番人気のバッグやポーチなどの雑貨はもちろん、お洋服をメインに、オリジナルキャラクター『キャメろん』シリーズや、ハローキティとのコラボシリーズなど、さまざまなスペシャルアイテムが揃います。店内は白とピンクをテーマカラーに、ロマンティックで可愛い宝石箱のような空間に。この冬一押しの新作も続々入荷中なので、今すぐお店に急いで!

SHOP DATA

㊟東京都江東区青海1-3-15 ヴィーナスフォート2F
☎ 03-3599-3929
㊢ 10:00～21:30
㊡不定休
http:// www.hbg-wave.com/

雪の結晶のプリントが冬にぴったりのバッグ
優しいカラーリングと結晶プリントのトートバッグ[H68×W36×D18]¥13,440／HbG(HbGお台場店)

ふわふわのファーが手元にアクセントを
ゴールドのチェーンにパステルカラーのファーがあしらわれた華やかなブレス¥4,725／HbG(HbGお台場店)

インパクト大のもこもこトートバッグ
もこもこ素材が可愛いHa
burGirlのバッグ[H36×
30×D13]¥10,290／H
(HbGお台場店)

大好きなキャラクターのトリプルコラボが実現!
HbG×Hello Kittyのコラボは大人気アイテム。コスメポーチ[H10×W16×D5]¥6,300／HbG(HbGお台場店)

© 1976,2009 SANRIO CO.,LTD.APPROVAL NO.S503009 ©UP-FRONT AGENCY

ケイト・スペード　ニューヨーク

kate spade new york 青山店

10/16 Renewal OPEN

新コンセプトに基づいた初めての旗艦店が青山にリニューアルオープン

ケイト・スペード青山店が、新たなコンセプトを掲げリニューアルオープン。エントランス付近のテープを使ったアートは、NYの新人アーティスト、レベッカ・ウォードによるもの。1Fのウインドウもアートギャラリーを兼ねた空間にするなど、新人アーティストの発表の場として展開していく予定です。また、2階へ上がる階段途中にはイラストフレームを展示したり、フィッティングルームにシマウマの壁紙を貼るなど遊び心もたっぷり。クローゼットをイメージした棚には、洋服やバッグ、シューズが並び、まるで自分のお部屋のような落ち着いた雰囲気。限定バッグも登場し、ますます見逃せません!

SHOP DATA

㊟東京都港区南青山5-2-12 R2 A棟
☎ 03-5468-8161
㊢ 11:00～20:00
㊡不定休
http://www.katespade.jp

ポップなイラストがキャッチーなポーチ
毎日持ち歩きたいコスメポーチ[H15×W24×D8]¥9,450／ケイト・スペード ニューヨーク(ケイト・スペード 青山店)

明るいカラーリングとレザーの風合いが上品
グリーンの長財布[H10×W19×D2]¥28,350／ケイト・スペード ニューヨーク(ケイト・スペード 青山店)

青山店オープン限定のエナメルトートバッグ
トートバッグ[H37×W40×D13／外0、内3]¥22,050／ケイト・スペード ニューヨーク(ケイト・スペード 青山店)

指先におしゃれな遊び心をプラスして
フラワーモチーフのリング¥
800／ケイト・スペード ニュー
ーク(ケイト・スペード 青山店)

ボーダー×リボンが着こなしのポイントに
ショルダーバッグ[H14×W
×D16／外0、内1]¥30,45
ケイト・スペード ニューヨ
(ケイト・スペード 青山店)

Channel Vol.10

DJ・ユウのおしゃれなカーチャンネル

こんにちは、藤井悠です♪ ドライブ大好きの私が、
今月もお気に入りのクルマをレポートしちゃいます♪ しっかりチェックしてね。

撮影/堤 博之　スタイリング/柴山之和美　ヘア&メイク/金丸佳右(air)　モデル/藤井 悠
取材・文/まるも亜希子　撮影協力/ヤマナシ ヘムスロイド

撮影したのはココ

ヤマナシ ヘムスロイド

貸しギャラリーのほか、デンマーク刺繍やスウェーデン織物の教室を開催。北欧音楽の演奏会や映画上映会なども行われています。
㊟ 東京都渋谷区神宮前4-3-16
☎ 03-3470-3119

12月といえばやっぱりクリスマス♥ 今日は友達とガールズパーティなんだ♥

今月お届けするのは…ホンダ・インサイト

今、クルマのトレンドはやっぱり、エコでおしゃれなハイブリッドカー。インサイトは、エンジンを助けるモーターが付いていて、ブレーキのときにはバッテリーの充電もできちゃう。だから燃費がいいんだって。うれしいお手頃価格や、運転しやすい5ナンバーサイズもいいね。

Profile

本誌ほかTVやラジオなど多方面でモデル、タレントとして活躍中。JFN『FRIDAY GOES ON』(毎週金曜13:00～15:55)も好評放送中! ブログ(http://blog.starbeauty.jp/103fujii/)もチェックしてね。

ワンピース¥16,800/レイ ビームス、ファーショール¥37,800/ビーピーアール ビームス、ネックレス(パール)¥6,930/ビーピーアール ビームス、ネックレス(ゴールド)¥9,450/ショウコ ヤマブキ アクセサリーズ、バッグ¥14,700/ララ アンド ハート、靴¥12,600/エイト(すべてビームス タイム) その他/スタイリスト私物

DJ・ユウの Recommend!

クリスマスに聴きたい曲♥

クリスマスムードたっぷりなクリスマスソングがあれば、気分もばっちりアガるよね♪ クリパにかけたい曲を、ユウがセレクト♥

Disc 1

透明感溢れるフェイス・エヴァンスの歌声が大人のクリスマスを演出するCD。しっとりした大人のパーティに。

『フェイスフル・クリスマス』(Limited Edition)
フェイス エヴァンス
EMIミュージックジャパン

hudie.com

超話題のハイブリッドカーは、エコな魅力が満載だよ♥

とことんエコを追求した設計がステキ!

運転席はメーターが2段にわかれて、上のブルーの光が、燃費運転によってブルー〜グリーンと変化。エコドライブを教えてくれます。右のグリーンのボタン「ECON」は、押すだけで燃費が3〜10%もアップ!

車のフォルムにもエコアイディアが潜んでいるよ

シャープなボディの人はフットワークがいいのと同じで、クルマのフォルムで走りや燃費も変わるんだって。スーッとなめらかなルーフや、スパッと斬ったみたいなテール、サイドミラーの形など、クルマが走るときに空気がスムーズに流れて、ジャマしないようになってるよ。

ハイブリッド車初! 広々ラゲッジ

ハイブリッドカーは大きなバッテリーを積んでいるので、どうしてもラゲッジが狭くなりがちだったの。でもインサイトは、ゴルフバッグ3個収納OKの広々ラゲッジ。パーティの小物たちもこんなに積めちゃった♪ 床下には、さらに小物用のアンダーボックスもあるよ。

フルラゲッジならこんなに荷物が載るよ!

リアシートが左右別々に簡に前に倒せて、フルフラットなります。リアゲートが大き開くから、出し入れもラク。どな大荷物も余裕だよ♪

注目!

ゲーム感覚でエコドライブ!? あなたのドライブを診断してくれます

運転中に、メーターの光でエコ運転を教わったあとは、ナビ画面のエコ度採点で結果をチェック。上達するとご褒美があるんだよ♪

クールなフェイスもポイントが高い♥

ホンダ最新エコカーのフェイスは、クールで未来的なイメージで統一。ここにもやっぱり、空気の流れを考えたデザインがあります。

HONDA INSIGHT

●サイズ:全長4390㎝×全幅1695㎝×全高1425㎝●排気量&ミッション:1.3L+モーター/CVT●燃費:30.0km/L(エコカー減税対象)●カラー:全9色●価格:¥1,890,000〜●問 本田技研工業 0120-112010

助手席もゆったり♥ リラックスドライブをお約束

肌触りのいい生地で、やさしくからだにフィットするインサイトのシート。足もとのスペースもゆったりしてるから、ロングドライブでもラクだよね。ドアポケットにペットボトルが収納できたり、使い勝手もよさそう。それにガラスはすべてUVカットで安心だよ。

蝴蝶网 hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

ジャケット¥51,450、Vネックニット¥10,290／ともにエディフィス、マフラー¥7,140／LOCHCARRON（すべてエディフィス 渋谷）、シャツ¥17,640／In dividualized Shirts、シューズ¥39,900／LOAKE（すべてMAIDEN COMPANY）他／スタイリスト私物

連載 小出恵介×steady.のクロスロード企画

徒然小出

— つれづれこいで —

ジングルベル♪ ジングルベル♪ そんな音楽が聴こえてきたら
街はもうクリスマス。steady.と小出くんのクリスマスも
4回目を迎えました♡ 今年はクリスマス in 大聖堂。
小出くんと過ごすきらきらなクリスマスをご堪能ください♡♡

撮影／藤原江理奈　スタイリング／梶 雄太　ヘア&メイク／小澤麻衣（mod's hair）
題字・エッセイ／小出"徒然"恵介

PROFILE

小出恵介：こいでけいすけ／1984年2月20日生まれ。現在、初主演映画「風が強く吹いている」が全国松竹系にて大ヒット公開中。2010年2月には「パレード」も公開予定。TVドラマ「仁-JIN-」（TBS系）も大絶賛放映中です！

美网

撮影したのはココ

「セントグレース大聖堂」

格調高い本格ゴシック様式の大聖堂。中世ヨーロッパのステンドグラスとパイプオルガンを移築したチャペルはロマンティックなウェディングを約束します。
㊟東京都港区北青山3-9-14　☎ 03-5766-8838

蝴蝶网 hucie.com

「…損してるお店ってありますよね？」

心当たりあると思います、うまいなぁって思ったり、雰囲気ええやんてなったとしても、おしぼりがすっぱい匂いしたりするとかなり気まずい空気になりますよね。

僕は、その際には率先して、店の方に「ちょっとこのおしぼり臭いので換えて下さい」と言う派なのですが、代わりに現れたブツも臭かったりするともはやそれまで。閉口。堪え忍ぶしかありません。会話に集中してると、うっかりした拍子におしぼり触ってしまったりしますから、話は常に注意力半分で聞くようになってしまいますよね。だからむしろ、大切な食事の際には、味や雰囲気などよりおしぼりに優先順位をおいた方が賢明だったり。

その点、チェーン展開してるお店などは、おしぼりに安定感がありますよね。ぶれがないというか、だいたい平均点は出ます。逆に、おしぼりに定評のあるお店はいいですよね、味2割、雰囲気2割、おしぼり6割みたいな。

でも、冗談でなく心置きなく顔をゴシゴシできるおしぼりには一抹の感動すら覚えますよね。本当1日ごくろうさんて気分になる。そんなおしぼりで顔をゴシゴシしてる姿に、片思いの相手もくらっと来るやもしれません。だからみんなももっと、今以上におしぼりにアンテナを張ってみようよ！と僕は叫びます。

今年の暮らしっぷりを振り返りつつ、忘年会などにて盛り上がっておしぼりを投げる際には、ふとこのあたしの駄文を思い起こし、はにかみ笑いなどしながら楽しいひとときをお過ごしください。また来年！

小出×OLカルチャークロスレビュー

コレ観て!!

steady. ⇒ 小出『バーン・ノーティス 元スパイの逆襲』

©2009 Twentieth Century Fox Home Entertainment LLC. All Rights Reserved.

鉄板度
★★⯪☆☆

1～3レンタル中、2010/1/8 Vol.4～6レンタル開始。「バーン・ノーティス 元スパイの逆襲 DVDコレクターズBOX」¥10,290／発売元：20世紀フォックス ホーム エンターテイメント危険な任務中、何者かによって突然クビを宣告された元スパイのマイケル。誰が、なぜ自分をクビにしたのか？ 謎を追求しながら周辺で起こるさまざまな事件の解決に乗り出す。

「スパイものはホントに外さないなあと思います。ちょっといい加減で女ったらしで、でもキメるときは必ずギリギリだったりして、このキャラクター既視感はありましたが、とてもおもしろいです。これはハマるなぁ。先が気になります。ルパンとボンドのあいだくらいがにくい！」

コレ観て!!

小出 ⇒ steady.『母なる証明』

©2009 CJ ENTERTAINMENT INC. & BARUNSON CO., LTD. ALL RIGHTS RESERVED

つもり積った度
★★★★☆

全国公開中
兵役後初となるウォン・ビンの復帰作映画。凄惨な殺人事件の容疑者とされ、身柄を拘束された息子トジュンの無実を信じる母親は、息子の疑惑を晴らすため、真犯人を追って走り出す—。子を想う母の"無償の愛情"を通じ、善と悪、光と闇を湛えた"人間の真実"をスリリングに描き出すヒューマン・ミステリー。

「ポン・ジュノでウォン・ビンなんてどうなるんだろう！ って好奇心満載でした。ヒューマンというよりはサスペンス色が強かったような気がします。しかし、心情だったり状況だったりを映像で伝えるのが上手ですよね。中盤ちょい単調でしたが、飽きさせないのはさすが！ と思いました。ウォン・ビンにうっとりてな作品ではないかなー」

つれづれ写真館

「オフ」
とある小春日和の昼下がりのテラス。屋外でパーティを開いた夏の日を思い出す……そんな光景ですね♪

「オン」
ラジオの公開収録中の小出くんをモニ越しにパチリ。山田孝之さんと綾野剛と共演しました！

慧美网

こーんなお腹が

（ × ）

こーんなになるらしいよ。

）×（

生薬＋乳酸菌のチカラで。

便秘による**ぽっこりお腹、肌あれ、吹出物**に

お悩みの方に!! **自然なお通じ**で改善!!

ウエストン® サラ

第②類医薬品

※この医薬品は、薬剤師、登録販売者に相談のうえ、「使用上の注意」をよく読んでお使い下さい。

OTC 医薬品

「安心と笑顔」をお届けする健康応援団
小林薬品工業株式会社
〒103-0015 東京都中央区日本橋箱崎町40番6号 www.kobayashi-yk.co.jp/

蝴蝶网 hudie.com
慧美网 vimee.net

読者1000人アンケート!

みんなの やりたい&痩せた! ダイエット

本当に痩せたダイエット&今の注目ダイエットを、1000人の読者にアンケート! 読者代表のスタイルキープ術もご紹介しちゃいます♪

撮影/関戸聡子　取材&文/青柳恵美香

痩せたい部位

1位 お腹まわり
2位 全体(体重)
3位 太もも
4位 二の腕
5位 ふくらはぎ

1位はお腹まわり。「太るとすぐわかる」のが気になる原因かも。肉がつきやすいけど落ちやすいのも確かなので、頑張り甲斐はある!?

痩せたと思う芸能人

1位 友近
2位 はるな愛
3位 熊田曜子

1位の友近は、痩せたボディで登場するCMを見て驚いた人も多数。2位のはるな愛も「痩せたらすごく可愛くなった!」と絶賛の声が。

痩せた! ダイエットランキング

1位 半身浴
2位 炭水化物抜き
3位 18時以降食べない
4位 朝バナナ
5位 美腰体操
6位 ランニング
7位 ダンスDVD
8位 レコーディング
9位 置き換え
10位 バランスボール

ベーシックともいえるダイエットが続々ランクイン。ダイエットは続けることが大事なだけに、時間やお金、手間がかからないことが結果を出す条件といえそうです。

やりたい ダイエットランキング

1位 ホットヨガ
2位 岩盤浴
3位 ベリーダンス
4位 ゲルマニウム温浴
5位 足ツボ
6位 カラオケ
7位 キャベツ
8位 歯磨き
9位 歩数計
10位 ガム&キャンディ

やりたいダイエットには、汗をガンガンかく系が集中してランクイン。自宅で気軽に行えないのがネックだけど、「近くにあれば毎日でも通いたい!」という声も多数でした。

みんなが痩せた&やりたい注目のダイエットはずばりコレ!

ステディ.の読者1000人のアンケート結果が左の表。痩せたダイエットでは、自宅でお金をかけずにできるものが上位にランクイン。「半身浴」や「炭水化物抜き」など、無理なく続けられることが結果につながる近道なのかも。

一方、やりたいダイエットには「ホットヨガ」「岩盤浴」など、ストレス解消しながらできるものが上位に。今回は、上位ダイエットに初挑戦&すでに実践中の読者代表が登場。体験談を参考に、あなたもぜひトライしてみて!

やりたいダイエット 第2位 岩盤浴ダイエット

高沢奈苗さん メーカー勤務・24歳

岩盤浴ダイエットとは?

ほどよく温められた天然石の上に寝るだけで、たっぷりの汗がかける「お湯を使わない入浴法」のこと。サウナよりも低温なので体もラクで、老廃物を体の内側から出しデトックス効果もあり。汗がサラサラなのも特徴。

高沢さんに聞く!

岩盤浴体験談

寝ているだけでもOK

石の上で横になっているだけで汗がどんどん出てきます。寝ている間はストレッチをしたり、本を読んだり…。週1～2回位がベストかな。

入浴後にマスク!

入浴後すぐにシートマスクでケアすると成分が浸透しやすいみたいで、肌がプリプリに♪

進化する岩盤浴事情

聖石ヨガ

石の上で体を温めながら行うデトックス&リラックス効果の高い話題のヨガ。詳細はストーンスパ石の癒まで。

石の癒では入浴料 初回限定クーポンあり! 20% OFF!

STONE SPA 石の癒
TEL:0120-35-0821
URL:http://www.ishinoyu.jp/

やりたいダイエット 第1位 ホットヨガダイエット

伊藤寿賀子さん 広告代理店勤務・25歳

ホットヨガダイエットとは?

じっとしていても汗をかく高温多湿の室内で行うヨガのこと。体が温まった状態で行うので、筋肉が伸縮しやすく、体が硬いという人もポーズをとりやすいのが魅力。普段汗をかきにくい人も、間違いなく汗が出るはず。たっぷり水分補給をしながら行うので終わった後は、体も気分もスッキリ。続ければすらっとボディに♪

進化するホットヨガ事情

スタイルアップヨガ

全身の脂肪燃焼に効果的な肩甲骨に着目したホットヨガ。さらに利用者からは肩こりにも効果があるとの声も。詳細はLAVAまで。

リンパ+ヨガ

ハーブスチームを浴びながら全身のセルフリンパマッサージ&ヨガで代謝UP! 冷え性の人にオススメ。詳細はLAVAまで。

LAVAなら 初回体験 ¥1,000 (12月限定)

ホットヨガスタジオLAVA
TEL:03-5468-8834
URL:http://www.yoga-lava.com/

伊藤さんに聞く!

ホットヨガ体験談

汗の量がハンパない!

気温も湿度も高い状態でヨガをするので、汗の量がスゴイ! デトックスにもなるし、毛穴の汚れまで取れるのでお肌もつるつるに♪

1ヵ月で3kg減!

ヨガではインナーマッスルが鍛えられるので、姿勢もよくなります。私は週に1～2回を1ヵ月続けて、3kg痩せられました。

やりたいダイエット 第4位 ゲルマニウム温浴ダイエット

小泉亜紀さん メーカー勤務・25歳

ゲルマニウム温浴ダイエットとは?

有機ゲルマニウムを溶かした温水に手足を入れることで、全身の血液循環をアップさせる入浴法のこと。約20分の温浴で、エアロビクス2時間分の有酸素運動と同じ効果があるというから驚き。

小泉さんに聞く!

ゲルマニウム温浴体験談

気持ちよすぎて眠っちゃうほど!

手足を入れているだけなのに全身が温まるし、汗も出るんです。イヤなものが出ていった感があるし、食欲も抑えられるのでオススメです。

家でも汗出し入浴!

インドエステ入浴液(マサラブーケの香り・サンダルウッドの香り)510mℓ 各¥1,260/パイソン

和風癒処 秋葉原店なら ゲルマ温浴セット30分 ¥2,100(税込)

Re·Ra·Ku和風癒処 秋葉原店
TEL:03-3863-4718
URL:http://www.reraku.jp/wayu/

他にも運動系なら 痩せたランキング7位にランクイン ダンスDVD

ヒップホップ アブスが新しい!

コアリズムに続く話題のエクササイズDVDがコレ。カリスマダンサーのショーン・Tが考案したヒップホップダンスで、楽しみながらスリム&セクシーな体に!

ヒップホップ アブス(DVD4枚組・日本語字幕版)¥9,900/エクサボディ

インストラクターに教わる！ ベリーダンス初級編

腹 アンジュレーション

腹筋力・背筋力を鍛えてキレイなお腹に！

胸を上から下へと移動し、お腹をウエーブさせるベリーダンスの代表的な動き。肩や背中を丸めないように、腹筋を使ってなめらかに動かします。

立ち方

お腹を引き寄せるようにし、太ももの内側とお尻に力を入れて立ちます。腰や胸を反らしすぎないように注意。背筋をのばして肩を下げ、腕は力を抜いて軽く横に添えます。

ウエスト マイヤ

ウエスト&腹筋に効果あり！

正面から見て横方向に、ヒップで8の字を描きます。縦に腹筋を動かすので、ウエストシェイプ効果はかなりのもの。 上半身は固定し、膝とかかとを持ち上げるように動かすのがコツ。

ウエスト ヒップドロップ

腰&ヒップをシェイプ！

左足を軽く前に出した状態から、腰を引き上げ、一気に落とす動作。右手はななめ上にのばし、左手は体に対して垂直にのばしてバランスをとります。上半身は動かさず、腰のみを上下に動かして。

腕 スネークアーム

二の腕ほっそり♪

まっすぐ立ち、右ひじ・肩・指先の順に持ち上げ、同じ順番で下ろします。降ろすと同時に左腕も同様に持ち上げることで、ヘビのようになめらかにウエーブさせるのがポイント。首をすくめないよう注意。

今回ベリーダンスを体験したのは

ホットヨガスタジオLAVA

全国62店舗で「ホットな環境」をキーワードに多彩なプログラムを展開。12月には旗艦店を銀座にオープン。ベリーダンスはLAVA各店にて開催予定！

http://www.yoga-lava.com/

今回教えてくれたのは

猪瀬真希先生

ホットヨガスタジオLAVAで、インストラクターとして活躍。ソロ活動に加え、ベリーダンスユニット"欠ける月 満ちる女たち" のメンバーとしても出演。

http://ameblo.jp/odorumakimaki

やりたいダイエット 第3位 ベリーダンスダイエット

ベリーダンスダイエットとは？

ベリーダンスは、古くからアラブ地域で踊られてきた民族舞踊。お腹や腰の動きが特徴的なことから、欧米諸国や日本では「belly（腹）dance」と呼ばれています。骨盤まわりや肩甲骨まわりの筋肉を意識的に動かすことでインナーマッスルが鍛えられるため、お腹まわりや二の腕、ヒップが引き締まるのはもちろん、"くびれ" のある女性らしいしなやかな体つきになれるのが人気の秘密。

1. 受付

レッスンは前もって予約し、当日は受付を。ミネラルウォーターやレンタルタオルもあるので、着替えだけ持っていけばOK。

2. 着替え

動きやすいTシャツ&短パンに着替えます。今回は特別にインストラクターの先生からヒップスカーフをお借りしました♪

3. レッスンスタート

レッスンは、正しい立ち方から教わります。普段は意識していない下腹部に力を入れ、背筋をピンと伸ばします。すでに筋肉痛になりそう！

やりたいダイエット3位 ベリーダンス座談会

安岡あゆみさん メーカー勤務・21歳

猪瀬真希先生

すごく楽しくてハマりそう！

安岡さん：やったことのない動きの連続で最初は難しかったけど、楽しかったです。

猪瀬先生：普段意識しない筋肉を使うので、そう感じるかもしれませんね。でもみなさんすぐ慣れていますよ。

安岡さん：確かにレッスン中ずっと、お腹まわりや二の腕の筋肉を使ってる！って感じ。

猪瀬先生：だから全身も引き締まるんです。

スリムになって色っぽくもなる!?

安岡さん：女性が踊るダンスなので、セクシーな動きも多いですね。

猪瀬先生：続けるうちに体つきも女性らしくなり、色っぽさも身につきます（笑）。

安岡さん：シェイプアップもできて、色気も出るなんて…真剣に続けてみようかな（笑）。

やりたいダイエット 第6位 カラオケダイエット

第一興商に聞く！

カロリー消費量の高い曲リスト

2009年1～10月末までに歌われた回数の多い女性歌手の楽曲ベスト100の中から選んだ、カロリー消費が高い女性歌手の曲がコレ。

everything ／
MISIA
.7kcal

未来予想図Ⅱ／
DREAMS COME TRUE
.5kcal

そばにいるね／
青山テルマ feat.SoulJa
.9cal

第一興商より カラオケダイエットのポイント！

歌唱時間が長い激しい曲や熱唱系のバラード曲は消費カロリーも高め。お腹から声を出すように歌うと、同じ曲でも消費カロリーは高くなります。
（第一興商　生原菊美さん）

カラオケダイエットとは？

消費カロリーを表示してくれるカラオケで、歌うだけのシンプルダイエット。たくさん歌うことでストレスも発散でき、腹式発声で歌う、振りをつけるなどすれば、さらなるカロリー消費も期待できます。ただし、飲み過ぎ・食べ過ぎは、消費した以上に摂取することになるので要注意。

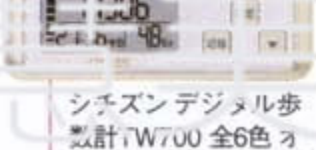
やりたい10位 ガム&キャンディダイエット

ノンシュガー系のガムやキャンディを食べることで、食欲を抑えるダイエット。脂肪燃焼をサポートするハーブ類が配合されたガムやキャンディは、ハリウッドでも注目の的に。

食欲を抑えるハーブ、フーディアを配合した話題のキャンディ&ガム。左から、パワーポップ10本入り ¥5,420、フーディアガム 12粒×5シート ¥3,980／ともにUME USA

やりたい9位 歩数計ダイエット

歩数計をつけて歩くだけ。歩数が一目瞭然なので、意識的に歩くことになり、結果としてダイエットに。脂肪燃焼をサポートするサプリやドリンクをとると、より効果もアップ！



シチズン デジタル歩数計TW700 全6色 オープン価格／シチズン・システムズ

歩く前に飲んで脂肪を燃焼！ ヘルシア スパークリング 500mℓ ¥189／花王

燃焼系サプリを摂るのもオススメ。L-カルニチン 90粒（約30日分）¥1,780／ファンケル

やりたい8位 歯磨きダイエット

歯磨きをすると食欲が抑えられることから、食後や空腹が気になるときに歯磨きをして食べ過ぎや間食を防ぐダイエットのこと。食べたくなったら歯を磨くだけの手軽さが魅力。

©DISNEY

甘い味でお菓子感覚。クリニカKid's ハミガキ［医薬部外品］60g オープン価格／ライオン

キュートな歯ブラシで、歯磨きが楽しくなります。子供用なのでヘッドも小さめ！ 編集部私物

ラクな電動タイプ。ガム電動ハブラシ TS-45（スタンダードタイプ）¥2,079／サンスター

やりたいダイエット 第5位 足ツボダイエット

足ツボダイエットとは？

ウエストや太もも、ヒップやフェイスラインなど気になる部分に働きかけてくれるツボを刺激することで、部分痩せや全身シェイプが期待できるもの。中でも足の裏は、体のいろいろなパーツのツボが集まっている場所で、自分ひとりでも押しやすいのが魅力。ただし、正しい場所を刺激しないと効果も薄いので、本などを参考にして正しくツボを押しましょう。

即効 足のゾーン・セラピー小百科
¥945　五十嵐康彦／著（主婦の友ポケットBOOKS）

中山真見さん 保険代理店勤務・25歳

他にも中山さんが注目している方法！

腕組ウォーク

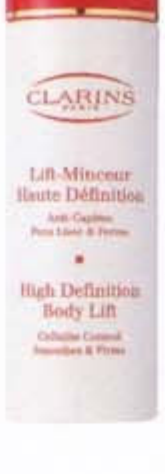
腕を後ろで組んで歩くことで、体のゆがみを整えて痩せ体質に。正しいポーズで好きなときに好きなだけ歩くことで美脚・脚痩せができちゃうメソッド。

魔法の「腕組みウォーク」
¥1,260　小倉義人／著（講談社）

耳ツボダイエット

食欲を抑えるツボやダイエット時のイライラを解消するツボなどを押すだけ。ツボを押すのはもちろんのこと、耳は小さいので、耳全体を押したり、もみほぐしたりするだけでもOK。

愛用グッズ



「毎日使うようにしたら、脚がキュッと引き締まったんです」リフトマンスール ハイ デフィニシオン 200g ¥7350／クラランス

「履いて寝ると、翌朝にはむくみがとれてスッキリです♪」寝ながらメディキュット ロング ¥2,625／ドクター・ショール

「お腹が空いたらお菓子じゃなくてコレ。おいしいし、大豆だから体にもよさそうなので」SOY JOYブルーベリー ¥121／大塚製薬

痩せた! ダイエット 第2位

炭水化物抜きダイエット

炭水化物抜きダイエットとは?

ごはんやパン、パスタなどの麺類、じゃがいもなど炭水化物を多く含む食品を控え、糖質をカットするダイエット。できるだけ豆腐や大豆といった高たんぱく質をとるようにするのがポイント。体重も落ちやすく、運動する必要もナシ。肉や魚、野菜などのおかずは普通に食べてOKなので、続けやすいのが魅力。ただし、炭水化物の長期間完全カットは、体によくない影響を及ぼすこともあるのでほどほどに。

読者代表 筧 沙奈恵さんも痩せた!

筧 沙奈恵さん 学生・21歳

筧さんに聞く!

炭水化物抜き痩せ体験談

夕食を炭水化物抜き

外出中の炭水化物抜きは大変だったので無理をせず、夕食は主食を控えるように。食事のときは黒ウーロン茶を一緒に飲むようにしていました。

お腹まわりがスッキリ♪

気がついたら体重が1・5kg減。ウエストが細くなったし、むくまなくなったのがうれしいですね。

炭水化物抜きダイエットのサポート品

使ってます!

どうしてもパスタが食べたい! というときのお助け食に。こんにゃくパスタ (カルボナーラ、ペペロンチーノ、ナポリタン) 各¥160/かぶら食品

炭水化物の吸収をコントロールしてくれるサプリ。ファビノール 30日分 ¥2047/DHC

おなじみの人気カップスープ。スープはるさめ (ワンタン、かきたま) 各¥150/エースコック

便通をヘルプ!

食事量が少なくなってつらいときは、便秘薬のお世話になることも! ウエストンサラ［第②類 医薬品］27錠入り ¥609/小林薬品工業

痩せた! ダイエット 第1位

半身浴ダイエット

半身浴ダイエットとは?

38〜40℃のぬるめのお湯に、胸から下だけじっくりと浸かり、代謝アップ&発汗を狙うダイエット。目安は20〜30分程度。寒い時期はタオルを肩にかけたり、浴室内を温めておくと体の冷えを防ぐことができます。バスタブの中では、お腹や足のマッサージや、シートマスクでフェイシャルケアをする人、本を読む人も。体の芯から温まるので、冷え予防にもなります。

読者代表 水野友貴さんも痩せた!

水野友貴さん マスコミ勤務・26歳

半身浴にピッタリのグッズをラインナップ

半身浴クッション

適度な厚みで腰をサポート。半身浴バスクッション BH616 ¥1,890/東急ハンズ渋谷店

ブックスタンド

バスタブサイズに合わせて幅が調整可能。バスブックスタンド ¥4,490/ベルメゾン

入浴剤

クナイプ バスソルト (左からスプルース、オレンジ・リンデンバウム、ワコルダーの香り) 40g 各¥158/クナイプジャパン

防水スピーカー

ケースの中にiPodなどをセットすれば、お風呂の中で使えて便利。防滴スピーカー ¥4,987/ドリームズ (ベルメゾン)

水野さんに聞く!

半身浴痩せ体験談

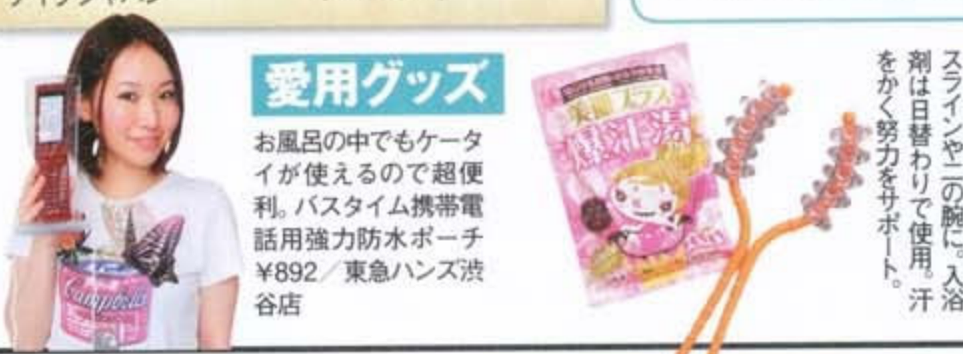
代謝が確実にアップ!

時間があるときは毎日20〜30分の半身浴を実行。汗がたくさん出るので代謝もよくなり、1ヵ月で2kg減に成功したんですよ。

湯船で時間を有効活用

お風呂の中では本を読んだり、マッサージしたり。できることは全部やってました(笑)。

愛用グッズ



お風呂の中でもケータイが使えるので超便利。バスタイム携帯電話用強力防水ポーチ ¥892/東急ハンズ渋谷店

マッサージャーは、フェイスラインや二の腕に。入浴剤は日替わりで使用。汗をかく努力をサポート。

ダイエットをサポートする

注目のゼロ系&栄養補助食品

太る最大の理由は、カロリーオーバーや脂肪のとり過ぎ。でもお菓子やジュースはやめたくない! というときのお助けアイテムがコチラ。

カロリー0

ヘルシーなコンニャクゼリーに、12種類のビタミンもプラス。プルジュレ マルチビタミン ライチ味 ¥200/クラシエフーズ

カロリー0

カロリーゼロが魅力。(左から) 三ツ矢サイダー オールゼロ 500mℓ ¥147/アサヒ飲料、ファンタ ゼロ サイダー 500mℓ ¥147/日本コカ・コーラ

カロリー0

大満足ゼリーdeゼロ (ピンクグレープフルーツ味 ナタデココ入り、マスカット味 アロエ入り) 290g 各¥178/マルハニチロ食品

栄養補助

フルーツの甘さでダイエット中もストレスなし。大豆たっぷりだから栄養も◎。SOYJOYブルーベリー ¥121/大塚製薬

糖類0

空腹感を紛らわせてくれる糖類ゼロのヘルシーガム。リカルデント スマートタイム 巨峰&マスカット(粒) ¥136/キャドバリー・ジャパン

砂糖0

糖分ゼロ&カロリーゼロだから、ダイエット中でも安心して飲めちゃう。コカ・コーラ ゼロ 500mℓ ¥147/日本コカ・コーラ

栄養補助

ダイエット中でなくても食べたい朝食の定番アイテム。カロリーメイトブロック メープル味 ¥210/大塚製薬

脂肪0

うれしい脂肪分ゼロ&51kcalで、朝食やおやつにピッタリ。森永アロエヨーグルト 脂肪ゼロ2連 85g×2個 ¥189/森永乳業

脂肪0

脂肪ゼロタイプならダイエット中も安心。〈ブレンディ〉クリーミーカフェオレ 脂肪ゼロ 200mℓ オープン価格/味の素ゼネラルフーヅ

砂糖0

砂糖ゼロだから甘さを調節できるのが◎。ミルクの甘さだけで飲んでもおい[illegible]ミルクココア ¥[illegible]/明治製菓

栄養補助

食物繊維や鉄分、ビタミンなどダイエット中にも欠かせない栄養がしっかりとれちゃう。フルーツグラノラ ¥357/日本ケロッグ

痩せた! ダイエット 第4位

朝バナナダイエット

朝バナナダイエットとは?

朝食にバナナとたっぷりの水分をとることで痩せやすい環境をつくるダイエット。プラス水をこまめに飲む、夕食は20時にまでにとる、0時までに眠るのがポイント。バナナは何本食べてもいいし、もの足りなければ15〜30分開ければおにぎりを食べてもOK。おやつは1日1種類なら食べてもいいなど食事の制限が少ないのもブームになった理由かも。

朝バナナダイエット ¥1,048 はまち。/著(ぶんか社)

読者代表 三浦 泉さんも痩せた!

三浦 泉さん ピアニスト・26歳

愛用グッズ

ボディショップのマッサージオイルとマッサージャーを愛用。柑橘系のやさしいニオイが大好きで、脚のむくみもとれてました!

三浦さんに聞く!

朝バナナ痩せ体験談

1本食べれば大満足

周りのみんなもやっていたのでトライすることに。1本食べるだけでかなり満腹感があったし、空腹感もないのでラクでした。

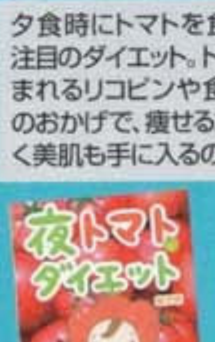
1ヵ月で1・5kg減

会う人みんなから『痩せた?』って(笑)。顔がスッキリすると体重以上に痩せて見えるみたいです。

食事制限ダイエットなら他にもあります!

注目! 夜トマトダイエット

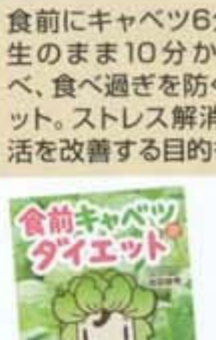
夕食時にトマトを食べる今注目のダイエット。トマトに含まれるリコピンや食物繊維のおかげで、痩せるだけでなく美肌も手に入るのだとか。



夜トマトダイエット ¥1048 唐沢 明/著 (ぶんか社)

やりたい7位 キャベツダイエット

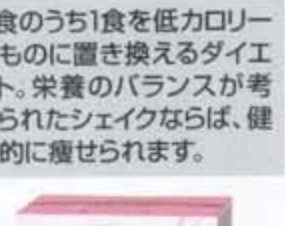
食前にキャベツ6分の1を生のまま10分かけて食べ、食べ過ぎを防ぐダイエット。ストレス解消や食生活を改善する目的もあり。



食前キャベツダイエット ¥1048 吉田俊秀/著 (ぶんか社)

痩せた9位 置き換えダイエット

3食のうち1食を低カロリーのものに置き換えるダイエット。栄養のバランスが考えられたシェイクならば、健康的に痩せられます。



オルビス プチシェイク レギュラー フレッシュストロベリー味 100g×7袋入り ¥1,470/オルビス

瘦せた!
ダイエット 第5位

美腰体操ダイエット

小津源さんがレクチャー!
瘦せた! 美腰体操

基本の立ち方

足を肩幅に開いて立ち、両腕を体の真横を通るように上げます。そのまま腕を下ろして腰に手を当て、おへそとお尻は軽く引き締めて。

step 1 往復10回 腰を左右に動かす

腰を横に突き出すようにして左右に動かします。頭と肩は動かさず、お腹は前に突き出ないようにするのがポイント。

step 2 往復10回 腰を前後に動かす

腰をまず後ろに引き、お尻を軽く締めながら前へ動かします。これも頭と肩は動かさず、前後の動きをゆっくり繰り返して。

step 3 左右10回 腰をグルグル回す

フラフープをする感覚で、できるだけ大きな円を描くようにグルグルと腰を回します。脚の付け根とひざの力は抜くのがコツ。

step 4 左右10回 腰で8の字を描く

少し腰を落とし、手はおへそに。左から右、右から左へと脇腹を縮めるように重心を移動させ、8の字を描くように動かします。

美腰体操ダイエットとは?

腰をグルグル回すエクササイズを続けることで、骨盤のゆがみを直し、女性らしいボディラインをつくるダイエット。骨盤が正しい位置に戻れば、それだけで気になるお腹まわりもスッキリ。女性ホルモンの分泌も活発になるため、メリハリボディも期待できます。さらに、腰を回すとインナーマッスルが鍛えられるため、基礎代謝もアップ! 脂肪が燃焼しやすい瘦せ体質になれるなどイイことずくめ!

読者代表
小津源芽衣さんも
瘦せた!

小津源芽衣さん
学生・23歳

小津源さんに聞く!
美腰体操瘦せ体験談

母から教わりました

先に実践していた母が「いいわよ~」と教えてくれたのが美腰体操。腰を1日5分くらいグルグル回すだけなので簡単なんです。

気がついたら3kg減

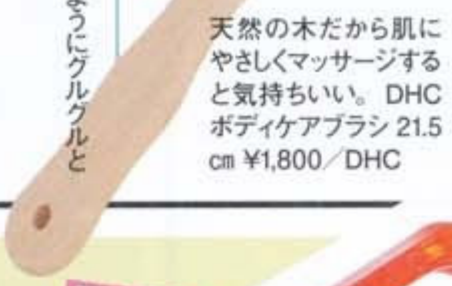
他には特に何もしていなかったのに、1年で3kg体重が減りました。テレビを見ながらでもできるので、続けやすかったです。

今でも毎日やってます

今でも母親と一緒に毎日実践しています。5分するだけでも、けっこう体を動かしたなぁって感じになりますよ。

毎日続けることを積み重ねて、少しずつ体に変化が出てきました!

愛用グッズ



天然の木だから肌にやさしくマッサージすると気持ちいい。 DHCボディケアブラシ 21.5cm ¥1,800/DHC

お風呂の中でお腹や太ももをマッサージするときに使えます! 無印良品 ボディローラー ¥1,575/無印良品 有楽町

愛用中です!

読者1000人アンケート! みんなの口コミ ダイエット名品

アンケートでも「使ってる!」という意見が多かった、ホントに使えるアイテムをご紹介!

まいさんからの口コミ

…ープもおいしいし、…オリが入っている…満腹感もあり! で…スメです」プチラビ…(味わいトマト、ス…カレー) 1箱7食入り…2,310/オルビス

亜夢さんからの口コミ

「ゲルマニウムが練り込まれているからいいのかなと思い使用中」ゲルマニウムセルローリング ¥924/東急ハンズ渋谷店

…kittyさんからの口コミ

…だけで姿勢よく歩けるし、…も引き締まるので、毎日は…います」クロスウォーカー…キッと 全6色 ¥5,670~/…ール

ぺこぴぃさんからの口コミ

「便秘やむくみ予防に飲んでいます。下腹がちょっと凹んできたので続けるつもり」溜まった脂肪を落とす ロート防風通聖散錠 30日分 ¥4,725/ロート製薬

カステラさんからの口コミ

「お腹がキューと痛くなったりせず、スムーズに出るので使用してます」ウエストンサラ[第②類医薬品] 27錠入り ¥609/小林薬品工業

Kikuさんからの口コミ

「乗るだけで体脂肪率や基礎代謝までわかるので頼りにしてます」オムロン体重体組成計 HBF-202 オープン価格/オムロンヘルスケア

MWさんからの口コミ

「コレを入れて半身浴をすると汗の量がいつもと全然違う!」脂肪分解酵素配合入浴 More Hot 25g ¥210、蒸熱塩風呂 70g ¥294/ともに石澤研究所

12monchi26さんからの口コミ

「健康的に筋肉を維持しながら、体脂肪を減らす働きをサポートしてくれます♪」フォースリーン 30~60日分 ¥2,572/DHC

りんりんさんからの口コミ

「甘いものや揚げ物系が大好きなので、食べるときには必ず飲むように。おかげで体重キープがラク」カロリミット120粒(約30回分) ¥1,520/ファンケル

ゆいさんからの口コミ

「履いてバランスを取るだけ、ふくらはぎを使ってる感がスゴイ。脚が引き締まった感じ」バランスシェイプスリッパ ¥1,470/ベルメゾン

…ド1本でやせる! 巻くだけダ…ット
…75 山本千尋/著(幻冬舎)

話題のダイエット!
巻くだけダイエット

巻くだけダイエットとは?

付録でついているゴム製のバンドを気になるところに巻いたり外したりすることで、骨格のゆがみを解消し、血行を促進。ボディラインの変化がすぐに実感できる驚きのダイエット。

お気に入りブランドで、オシャレな1年に!

各ブランドの個性あふれるオリジナルデザイン!

2010年 大人気ブランド 手帳

好評発売中♡

PICK UP!

大人気ブランドCherの
オシャレな手帳ができました

X-girl 手帳 2010

扉はおなじみの
イラスト入りで
とってもキュート!

月刊スケジュールは
X-girlらしい
星柄デザインです☆

人気の
ロゴ総柄
カバー!

お詫び

「X-girl 手帳 2010」と「TSUMORI CHISAT
手帳 2010」において誤植が判明いたしました
○「X-girl 手帳 2010」 巻頭(2ページ)201
年カレンダー、2月「24」日となるべきところ
「22」日になっております。
○「TSUMORI CHISATO 手帳 2010」201
年1月の週間スケジュール(51ページ)で、「30
日となるべきところが「23」日になっております
読者の皆様、関係者の方々にご迷惑をおか
し、誠に申し訳ございません。両手帳とも訂
シールをご用意いたしました。既にご購入い
だきご希望の方は、下記の電話番号までお
い合わせください。ご不明な点も同様にお
いいたします。
0120-339-707(編集1局第3企画編集部

定価 各1260円　**売り切れ必至今すぐ書店へGO!**

一部のコンビニ、インターネットでも
お求めいただけます。

宝島社　http://tkj.

蝴蝶
huale
慧美网
vimee.net

蝴蝶网
hudie.com

大人のアクアフォース。
決めては「時間差保湿」。

時間差保湿とは成分の分子量の違いによるものです。

大人のエイジングケア1
角層深部に働きかけ、ハリ肌へ。

大人のエイジングケア2
2段階保湿で潤いの続く肌へ。

アクアフォース
エキストラローション
180ml 商品番号 9853 2,100円(税込)

アクアフォース
エキストラミニセット

●ウォッシュ 20g ●エキストラローション 40ml
●エキストラジェル 13g ●オリジナルポーチ

特別品番 7448 2,310円(税込)

エキストラミニセット
お買い上げの方に
今ならプレゼント!

美容液がたっぷり20ml配合された
『フェイスエッセンスマスク』<非売品>
2枚をプレゼント!
※12/31までの通信販売限定
※必ず特別品番7448でお申込みください
※インターネットよりお申込みの場合は、
「商品番号から注文」ページより
お申込みください

全国どこでも一品から送料無料
注文受付後、2日以内お届け(一部地域を除く)
開封・使用後でも30日以内返品・交換OK
コンビニ振込OK 手数料すべて無料

ご注文は
こちらから
0120-050-050
(9:00～21:00 土・日・祝 9:00～19:00)
http://orbis.jp/8968

プライバシー
10590014(02)
プライバシーマーク制度に
個人情報を厳重に管理して

唯美网
vimee.net
蝴蝶网
hudie.com

友達へのプレゼントにも、自分へのプチごほうびにもうれしい♥

お手頃クリスマスジュエリー

…年1年頑張った自分へのごほ…ひや、お世話になったお友達へ感謝を込めてプレゼントを探すなら、お手頃なのに可愛いジュエリーがオススメです！

“みっこがデザインした
きゃしゃジュエリー”

M ~Mikiko Yano original design~

エム～ミキコ ヤノ オリジナル デザイン～

みっこがデザイナーとしてジュエリーを作りました！ ファッションにこだわりのあるみっこがデザインしたネックレスは、きゃしゃで毎日着けられる！ チェーンやモチーフ、素材まで1つ1つみっこが丁寧に選びました★

ボレロ¥15,750／ラピス ビームス（ビームス タイム） 花柄キャミワンピ¥12,600／シップス（ミュージアム フォー シップス） カチューシャ¥11,550／アナ スイ（アナ スイ伊勢丹新宿店）

…けたのは
コレ！

steady.
限定デザイン！
100個限定！

…らのクロスのネックレスはsteady限定。…ダイヤのパーツがくるようにデザインされています。1…でおつりが来るお手頃価格。ダイヤ×クロスネックレ…SV×YGコーティング、ダイヤ）¥9,975／エム バイ ミ…ヤノ steady限定（マイファッション）

M ~Mikiko Yano original design~ steady.限定
コチラで買えます♥
「My Fashion」でしか手に入らないクロスネックレス！
http://my-fashion.jp/mikko/

…影／[人物]堤 博之、[静物]吉岡真理（スタジオパン…） スタイリング／…井真野(kind) ヘア＆メイク／中村未幸(roraima) モデル／矢野未希子
…商品のお問い合わせ先はP158にあります。 ●素材の表記は K10＝10金、K18＝18金、SV＝シルバー、YG＝イエローゴールド、PG＝ピンクゴールド、PT＝プラチナ、CZ＝キュービックジルコニアです。

シップス

SHIPS

ボリューム感あるラインストーンのお花が魅力！ 1 クリアラインストーン&ジュエルフラワーモチーフ2連リング¥8,925、2 クリアラインストーンフラワーペンダント¥7,980／ともにシップス（ミュージアム フォー シップス）

ヨンドシー

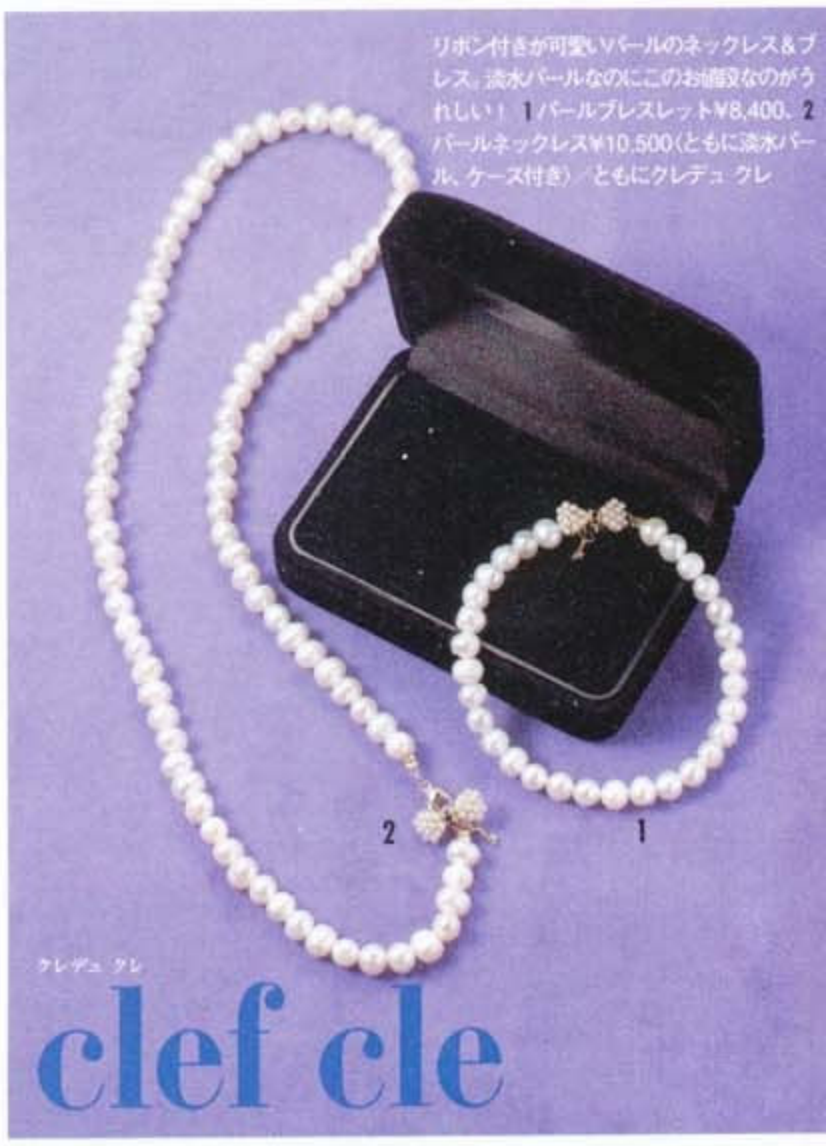
4℃

シンプルだけど可愛くて人気のハートモチーフ。オフィスにも毎日つけていけるデザインです♥ 1 ハートリング¥12,600、2 ハートネックレス¥13,650（ともにK10YG）／4℃（エフ・ディ・シィ・プロダクツ）

クレデュ クレ

clef cle

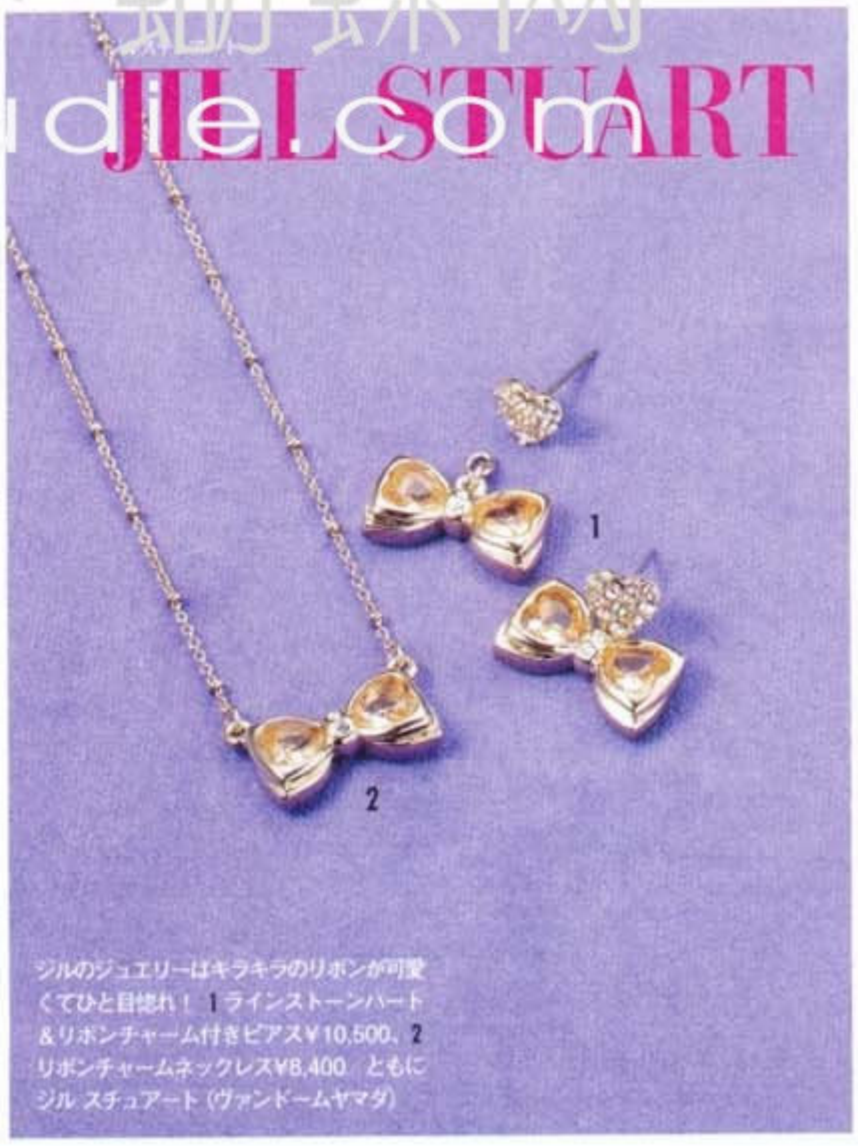
リボン付きが可愛いパールのネックレス&ブレス。淡水パールなのにこのお値段なのがうれしい！ 1 パールブレスレット¥8,400、2 パールネックレス¥10,500（ともに淡水パール、ケース付き）／ともにクレデュ クレ



蝴蝶网
hudie.com

JILL STUART

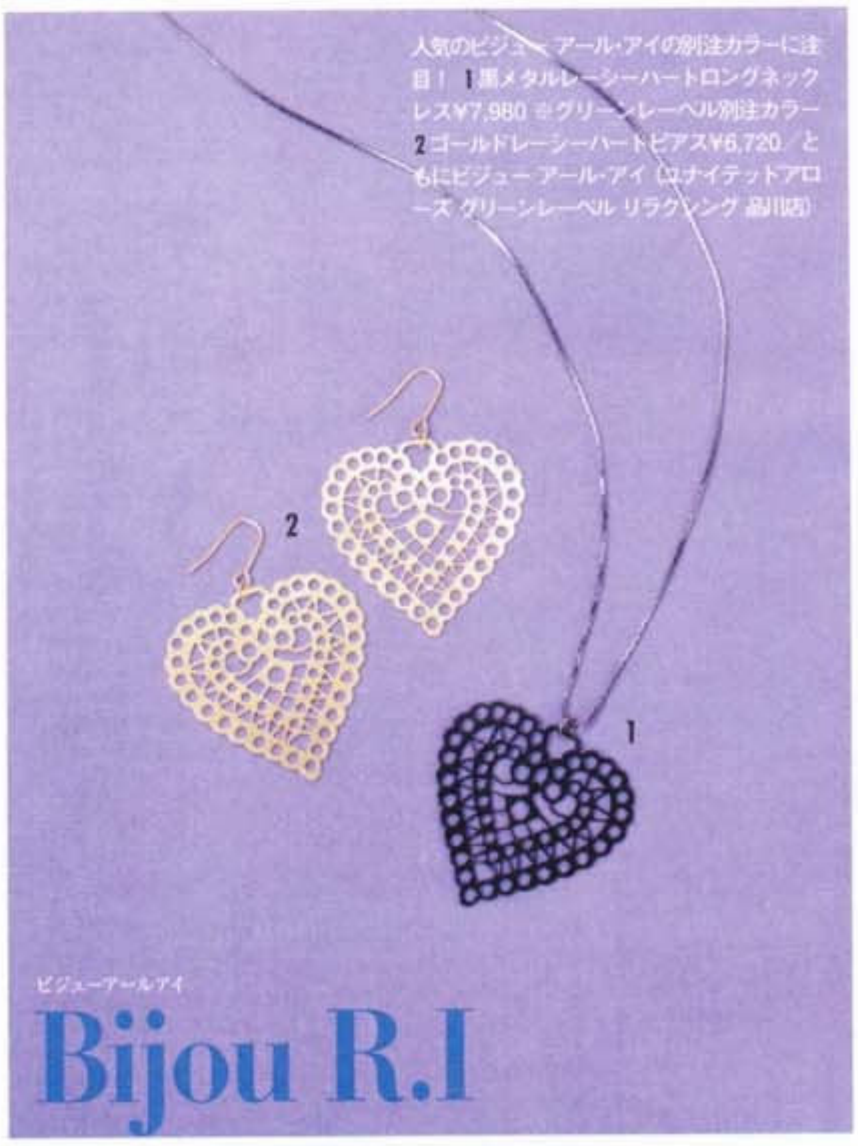
ジルのジュエリーはキラキラのリボンが可愛くてひと目惚れ！ 1 ラインストーンハート&リボンチャーム付きピアス¥10,500、2 リボンチャームネックレス¥8,400／ともにジル スチュアート（ヴァンドームヤマダ）



ビジューアールアイ

Bijou R.I

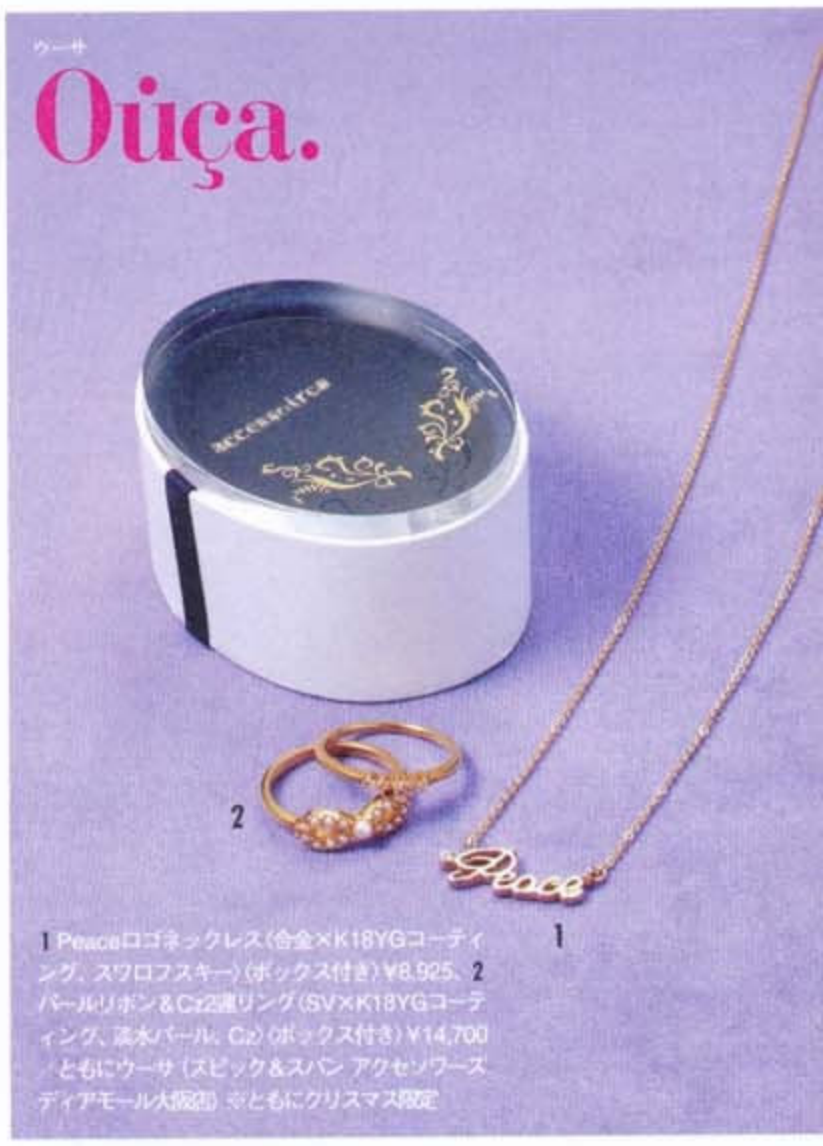
人気のビジュー アール・アイの別注カラーに注目！ 1 黒メタルレーシーハートロングネックレス¥7,980 ※グリーンレーベル別注カラー 2 ゴールドレーシーハートピアス¥6,720／ともにビジュー アール・アイ（ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 品川店）



ウーサ

Oüça.

1 Peaceロゴネックレス（合金×K18YGコーティング、スワロフスキー）（ボックス付き）¥8,925、2 パールリボン&Cz2連リング（SV×K18YGコーティング、淡水パール、Cz）（ボックス付き）¥14,700／ともにウーサ（スピック&スパン アクセソワーズ ディアモール大阪店）※ともにクリスマス限定



テディベアとネックレスのうれしいセット。レストローズらしいバラ柄が可愛い！ 素敵なギフトボックスに入れてくれます♥ テディベア&フラワーモチーフネックレス¥8,400／レスト ローズ ※クリスマス限定

レストローズ

L'EST ROSE

慧美网
vimee.net

ノーリーズ

NOLLEY'S

大人気のきゃしゃなネックレス。1粒あしらわれた小さなストーンも素敵！ 1 スターモチーフネックレス〈K10YG〉¥12,600、2 ハートモチーフネックレス〈K10YG〉¥12,600／ともにノーリーズ（ノーリーズ銀座本店）

リングを重ねるとツリーのモチーフに★ 1 3連クリスマスツリーモチーフリング¥13,650（SV×PG／PT／YGコーティング、Cz）、2 LOVEネックレス（K10YG×ダイヤ）¥16,800／ともにエテ ※ともにクリスマス限定

エテ

ete

ジャケット¥18,
シャツ¥8,190／
にザ・スーツカンパ
ニー 新宿

好感度アップを狙うなら
フレッシュさをアピールして♪

ヘアスタイルに迷います…。
田中里奈さん
学生・22歳

髪は真っ黒じゃなくていいの？
幸坂理加さん
学生・21歳

ナチュラルメイクってどういうこと？
齋藤麻奈美さん
学生・20歳

第一印象をバツグンに見せる！

好感度◎(にじゅうまる)就活メイク！

いよいよ始まる就活シーズン。学生時代と違うことは多いけれど、意外と知らない就活の「ヘア」と「メイク」。
ヘアとメイクで好感度をUPして、第一印象からぐっとアピールしちゃいましょう！

撮影／［人物］内山功史、［静物］梶田麻矢（小笠原事務所）、［読者］関戸聡子　ヘア＆メイク／菊地美香子（No.9）　スタイリング／木田智子（NEUTRAL）　モデル／澤井 彩

蝴蝶网 hudie.com 慧美网

蝴蝶网 hudie.com

人気ヘアメイク 菊地美香子さん直伝!

好感メイクってこういうこと!

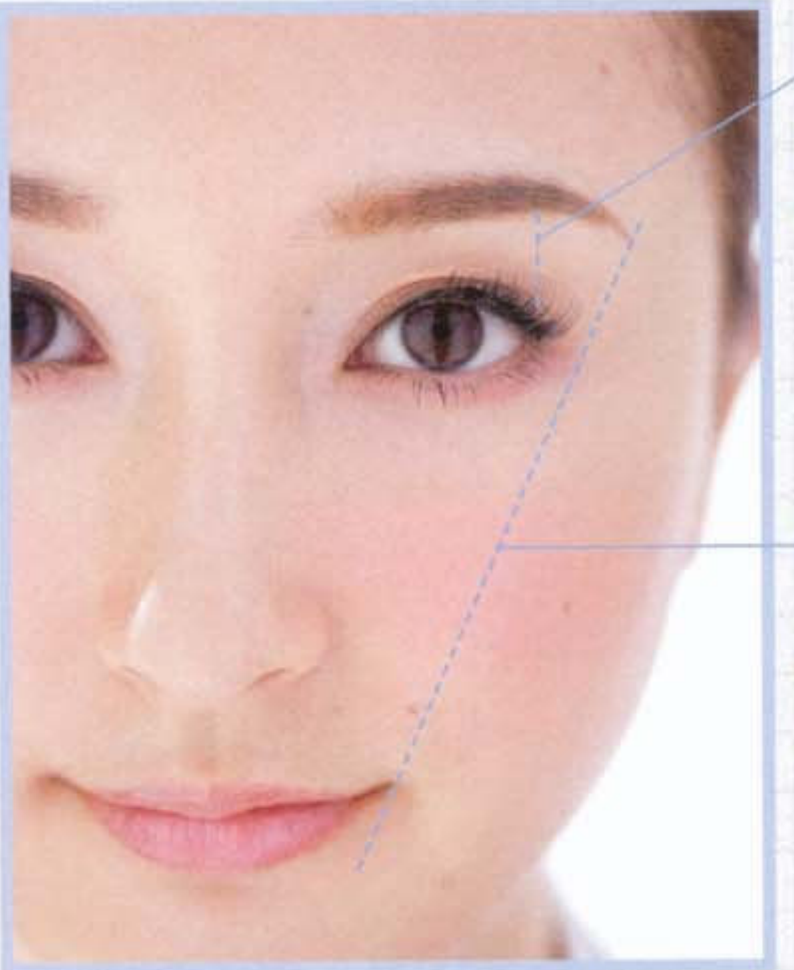
就活では、万人受けするメイクが第一! 友達ウケや彼氏ウケとは違う、誰にでも好感をもたれるメイクを伝授します!

眉 まゆメイク Eyebrow Make

角度をつけすぎず どんな人にも 優しい印象に

コレを使用!
ふんわりパウダーとしっとりパウダー、ふたつのパウダーをパレットのとおりにオンすれば、理想の眉が描ける優秀アイテム。オーブ クチュール デザイニングアイブロウBR811 ¥3,360／花王ソフィーナ

眉は自然な太さと角度が重要。細すぎたり太すぎたりせず、角度もきつすぎない眉は"誰にでも優しそう"な印象を与え、好感度がUPします。



POINT 1
眉山は目尻のほぼ真上
眉頭からなだらかにアーチを描き、一番高い眉山は目尻と同じ縦のラインの延長線上に来るようにしましょう。

POINT 2
眉尻は口角と目尻を結んだ延長線上
バランスをとりづらい眉尻は、口角と目尻を結んだ線の延長線上に先端が来るようにします。眉全体はぼかして、くっきりしすぎないように。

まつげ マスカラ Mascara

セパレートタイプで長めに見せ目力をUP

コレを使用!
まつげに液が吸い付き、ダマにならず長く、印象的な目もとを演出。ファシオ ハイパーステイマスカラ マグネプラス(カールロング) BK001[1月16日発売] ¥1,260／コーセー

ボリューム感のあるバサバサのつけはNG。セパレートで軽やに、ロング効果のあるもので目を強調し、さりげなく印象的に。

すっぴんはNG!!
ナチュラルメイクが好まれるからといって、すっぴんはNG! メイクは自分をよく見せるというだけでなく、社会人として、相手に不快感を与えないための大切な要素でもあります。きちんとした印象をもたれるためには、きちんとした外見作りも重要なんです。

+α
より健康的に見せるキーアイテムは"チーク"
ふんわりと、顔全体を明るく自然に健康的に見せるピンク。コフレドール イノセントカラーブラッシュ PK-25[12月16日発売] ¥3,150(編集部調べ)／カネボウ化粧品

まぶた アイシャドウ Eye Shadow

なじみのよいイエロー系ブラウンでナチュラルかつ印象的に

アイシャドウはブラウン系が基本。中でも、どんな人の肌にもなじみのよいイエロー系やゴールド系でラメが入りすぎていないものをセレクトすると◎。

慧美网 vimee.net

ナチュラルな陰影で自然で立体感のある印象に
アイホール全体にホワイトを入れたあと、まぶたにミディアムカラーをオン。上は二重幅に、下は際をなぞるようにしてさりげなく印象的な目もとに。仕上げに上まぶたの際を締め色で引き締めればOK。

コレを使用!

肌なじみのよいヌードカラー。ナチュラルさを失わず、まぶたに立体感をつくるアイシャドウ。ゴールド系でどんな肌にもあう。ヴィセ グラムヌードアイズ N-3[1月16日発売] ¥1,890／コーセー

肌 ベースメイク Base Make

健康的な肌でやる気とフレッシュさをアピール!!

① 下地
下地は少量(小豆大程度)を薄く顔全体にのばします。うるおいを閉じ込め、長時間経ってもくずれにくいものを選びましょう。

② コンシーラー
不健康な印象を与えるクマや、過剰なニキビ跡はしっかりカバーが必要。クマにもニキビにも使えるリキッドタイプのコンシーラーを。

③ ファンデーション
メイクが苦手な人でもきれいに仕上がるパウダリーがオススメ。半顔にパフ半分のパウダリーをつけるのが使用量の目安です。

①うるおいを肌にキープしたまま、メイクをきれいに仕上げるベース。エスプリーク プレシャス モイスチャライジング ベース 30g〈SPF10／PA+〉¥3,150／ボーテ ド コーセー ②薄づきで肌にフィット。気になるクマやくすみをしっかりとカバーする、ナチュラルなベースメイクのお助けアイテム! アンダーアイコンシーラー ¥2,940／ポール&ジョー ボーテ ③粉っぽさのないなめらかな仕上がりで、メイクが苦手でもきれいなベースが完成! マキアージュ モイスチャーフィニッシュ パウダリー UV〈SPF20／PA++〉全8色 ¥3,360／資生堂

くすみのないなめらかな肌がベスト!
ベースメイクでは、顔色をよく、健康的な印象を意識すると。新人に求められるフレッシュさをアピールしましょ

もう迷わない！ レングス別！

正解ヘアスタイルで迷いなし！

メイクのコツをつかんだら、今度は正しいヘアスタイルをマスターしましょう。乱れのないヘアスタイルは、清潔感のあるスタイルに必須です。

短い人はサイドをすっきり

まとまりのあるすっきりとしたダウンスタイル

小泉亜紀さん
（メーカー勤務・25歳）

ャケット¥16,800、ラウス¥5,040／とにザ・スーツカンニー新宿東口店

長い人はまとめ髪

きちんと感を演出するマストなまとめ髪スタイル

古月里奈さん
（商社勤務・23歳）

ジャケット¥22,050、シャツ¥3,990／ともにザ・スーツカンパニー新宿東口店

全体にワックスをもみこむ

りやすいダウンスタイルをまりやすくするため、全体にクスをもみこみます。

2 サイドの毛をねじる

落ちたり顔にかかって邪魔になるサイドの毛は、ねじってタイトにまとめるのが正解。

耳の後ろで留める

った毛束はピンでしっかりめめます。後ろの方で留めて、で隠しやすいように。

4 留めたところに毛をかぶせる

ピンで留めた箇所を隠すように後ろ〜上の毛をかぶせれば、すっきりとしたスタイルに。

SIDE

結ぶのが難しいレングスの人は、顔を隠さないように顔まわりをすっきりとさせるスタイルが基本です。

コレを使用!

パサつきや乾燥で広がる髪をうるおいを保って毛先までしなやかにまとめます。サラ うるおいメイクワックスEX ¥840／カネボウ化粧品

ピンは普通のアメリカピンでOK。毛量にあわせて、ピンの大きさはセレクトしましょう。

SIDE

結び目には毛束を巻きつけて適度に可愛く。サイドから見たときに、目の高さより結び目が低くなるように注意して。

コレを使用!

髪を結ぶゴムは髪色と同系色で目立たないものがベスト。髪をしっかりとまとめられるものを選んで。

髪を留めるのは普段使っているアメピンでOK。毛量や毛質によって適した大きさをチョイスしましょう。

細かいおくれ毛なども逃さずきっちりとしたまとめ髪が簡単につくれる。リーゼ まとめ髪用柚子水 オープン価格／花王

1 髪を結ぶ位置を決める

全体にまとめ髪用のスタイリング剤をなじませたあと、手ぐしでざっくりと髪をまとめます。

2 目立たないゴムで結ぶ

髪色になじむゴムで結びます。もしもおくれ毛などが浮いたり乱れるようなら、コームで整えて。

3 サイドのおくれ毛を留める

ゴムではまとめ切れないサイドの毛はピンで留めます。留める位置は耳の後ろあたり。

4 結び目に毛を巻きつける

結んだ毛から少し毛束をとって結び目に巻きつけます。ピンで地肌に沿うように留めて完成。

蝴蝶网 hudie.com

みんなの「これ、どうなの?」を解決します！ 就活ヘア＆メイク一問一答！

ふとした瞬間に「これ、どうすればいいの?」と迷いがちな就活のヘアメイクに関する些細な疑問を解決します。

Q 髪は真っ黒じゃなきゃダメですか?

よく先輩が就活中に髪を真っ黒にしていたイメージがあるのですが、絶対に真っ黒にしないとだめなのでしょうか。

齋藤麻奈美さん 学生・20歳

A もちろん派手な色はNG！ 自然に見えれば真っ黒でなくても大丈夫です。ただし、自分の受ける業界とあっているか確認を。

自分にあっているか確認して。ただしプリンは絶対NG!

逆に、不自然なほど真っ黒なのも考えもの。自分の顔や雰囲気にあっていて、自然に見えればある程度は大丈夫。ただし、伸びた部分が真っ黒になった、いわゆる"プリン"は清潔感がないので絶対NGです。

Q 髪型、「コレを押さえればOK!」のポイントを教えて！

まとめ髪やハーフアップなど、スーツにあうスタイルはなんとなくわかるけど、何が一番のポイントなのかわからないんです。

幸坂理加さん 学生・21歳

A 「おじぎをした後、直さなくて大丈夫」が基本のスタイルです。

ひとつにまとめても、ハーフアップでも、業界次第ではOK。気をつけたいのは、おじぎをして髪が顔を隠してしまわないことです。

NG!

クセになりやすいこの仕草には注意が必要!!

おじぎの後に手で髪を耳にかける仕草も好ましくありません。髪はきちんとまとめておくのがベスト。

ジャケット¥22,050、シャツ¥3,990、スカート¥7,140、パンプス¥10,290／すべてザ・スーツカンパニー新宿東口 ストッキング¥1,470／靴下屋(タビオ

NG! サイドをしっかり留めておかないと、おじぎの後に髪を直さなくてはならないので、これはNGです。

OK! おじぎをしても顔がきちんと見えるスタイル。まとめ髪の場合もサイドをきちんと留めましょう。

Q 明日面接！ やりがちなミスを教えてください！

いつもどおりしているつもりでも、意外と見落としそうなことがありそう。チェックしておきたいことを教えて！

幸坂理加さん 学生・21歳

A いつもは当たり前だと思っていることを見直して！

学生時代は「可愛い!」と当たり前にしていたことや、アルバイトでは問題にならなかったことなど、ささいなことでも就活では要注意！

CASE-1

うっかりネイルの落とし忘れ…。

つい忘れがちなネイル。マニキュアならすぐに落とせるけど、ジェルネイルをしている場合は前もって落とすことが必要なので要注意！

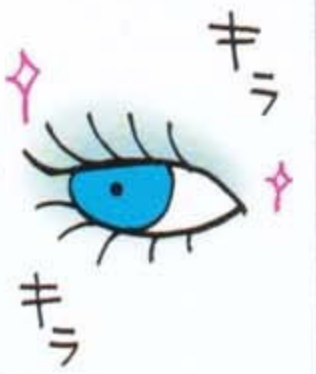
特にラメの入ったネイルは落とすのに時間がかかるので、意外な盲点。何も塗らないか、ベースコート程度が安心です。

古月里奈さん 貿易会社勤務・23歳

CASE-2

いつものアイシャドウ、ラメがキラキラ！

パレットアイシャドウは、ラメが入っているものもあるので要注意。いつもどおりのメイクのはずが、ラメをオンしてしまわないように。



つい毎日のメイク…と思ってパレットの色を順番につかったら、ラメをうっかりのせてしまって大あわて。急いでオフしました。

池田 舞さん メーカー勤務・27歳

CASE-3

お気に入りのキラキラグロスもNG!!

普段はリップをグロスだけの人も多いけれど、過剰なツヤ感やラメが強調されるものはNG。なじみのよいカラーをチョイス。

発色のよい、ツヤのあるグロスがお気に入りだったのですが、就活には不向きだったので、ベージュの肌なじみのよいものを1本買いました。

小泉亜紀さん メーカー勤務・25歳

Q 髪の毛が長いのですが、まとめるときの注意点はありますか?

「まとめる」といってもいろんなまとめかたがあると思うのですが、これは注意したほうがいい！というのはありますか?

田中里奈さん 学生・22歳

A 横から見て「目の位置より低い位置」で結びましょう。

基本的にはサイドアップやおだんごではなく、後ろでひとつにまとめるスタイルが無難。この場合は、目の位置よりも低くすることできちんと感をアップしましょう。

就活 先輩読者が証言！ 私がやった失敗実体験！

就活を経験した先輩読者がリアルな体験から失敗談をこっそり告白します。就活生は参考にしてみて。

失敗談その1 髪を結び直そうとしたらゴムが切れた！

細いゴムで髪を結んでいたのですが、歩いている間に少し乱れたので直そうとはずしたら、バチン！ と切れてパニック。あわててコンビニに駆け込みました。

古月里奈さん 商社勤務・23歳

失敗談その2 ビル風で髪がボサボサに!!

朝はきっちりセットしていたヘア。初めて行く街が、予想外にビル風がすごくて、セットしたのにボサボサ。乱れても直しやすいスタイリング剤が活躍しました。

小泉亜紀さん メーカー勤務・25歳

失敗談その3 破れたストッキングを直そうとしたけど…。

ストッキングが破れたら、替えをはいていた私。まさかの2足目が破れたときは、マニキュアで補修をしていました。

池田 舞さん メーカー勤務・27歳

できるメニューをご紹介
簡単レシピ

影／西野 歩　スタイリング／SHIORI　編集協力／森本順子（株式会社G.B.）

今回の先生は…

フードコーディネーター
SHIORIさん

ファッション誌を中心に、テレビ・ラジオなど幅広く活動中。おいしいのはもちろん、簡単でおしゃれなレシピがsteady.世代を中心に大人気。

好評発売中!
『作ってあげたい彼ごはん5』
30分で3品作る、トースト・焼きそば麺のアイデアなど、すぐに役立つレシピが盛りだくさんのシリーズ第5弾が発売中! 定価¥780（宝島社）

Part 1 15分で完成! ぽかぽかスープ

完成までたったの15分! なのに、本格スープに負けないレシピをここではご紹介。小腹のすいた深夜や朝ごはん代わりにオススメです♥

カボチャの自然な甘さがとろ〜り溶け込んだ濃厚スープ
クリーミーパンプキンスープ

材料（2人分）
- カボチャ…150g（正味）
- ーコン…2枚
- ター…5g
- …150cc
- 乳…120cc
- クリーム…100cc
- 形ブイヨン…1個
- ・コショウ…適量
- セリ…適量
- ルトン（市販品）…適量

作り方

1. ベーコンは5ミリ幅に切る。固形ブイヨンは細かく刻んでおく。
2. カボチャは小さめのひと口大に切り、サッと水にさらしてからラップに包んで電子レンジで3分加熱する。熱いうちにフォークなどでなめらかなペースト状になるまでつぶす。

Point 熱いうちにつぶさないとつぶしづらいよ。ここでしっかりペースト状にしないとスープがなめらかな仕上がりにならないので注意!

3. 熱した鍋にバターを入れて、溶けてきたらベーコンを炒める。水と固形ブイヨンを加え、煮立ったら牛乳、生クリームを加える。再び煮立ったら②を加えてよく混ぜ溶かし、塩・コショウで味をととのえる。器に盛り、クルトン、みじん切りにしたパセリをさっとふりかける。

SHIORI's Advise
正味とは余分なものをとり除いた分量ってこと。ここでは皮や種をとり除いたカボチャの実の部分だけっていう意味。

慧美网 vimee.net

SHIORI's Advise
ワカメや、キノコなどお好みの具を加えてバリエーションを楽しんで。鶏ガラスープの素は、使ってるメーカーによって塩気も違うから分量は味をみながら調節してね♪ あったかいものにレタスって実はすごくあうんです!

たくさん餃子を作った次の日のお楽しみ♥
餃子スープ

材料（2人分）
- 餃子…6個（市販のものでOK）
- 水…600cc
- 鶏ガラスープの素…小さじ3〜4
- しょうゆ…小さじ2
- 塩・コショウ…適量
- レタス…2枚
- 長ネギ…適量
- ゴマ油…小さじ2

作り方

1. 鍋に水、鶏ガラスープの素を入れて熱し、煮立ったら餃子を入れて2〜3分煮立たせる。
2. 餃子がぷるんと透けてきたらしょうゆ、塩・コショウで味をととのえ、食べる直前にレタスをちぎって加え、最後に香りづけのゴマ油をまわしかけると見ためも◎。器によそって、刻んだ長ネギ、黒ゴマをのせる。

Point レタスを加えるのは食べる直前に! シャキシャキした食感を楽しんで♪

蝴蝶网 hudie.com

SHIORI発

身もココロもポカポカになる15分

ホット♥ドリンク＆スー

冬に食べたいメニューといえば、ほかほかのスープやホットドリンクですよね。夜、テレビや映画を見ながら、身体もココロもほっとひと息つけるのは最高に幸せ♥
そこで、大人気のフードスタイリストSHIORIさんに、おいしいホットドリンクとスープのとっておきレシピをたっぷり教えてもらいました!!

フライドオニオンを使えば短時間で本格的なレストランの味

オニオングラタンスープ

材料（2人分）

水…400cc
フライドオニオン（市販品）…大さじ4～5
固形ブイヨン…1個
塩・黒コショウ（粗びき）…適量
溶けるチーズ…適量
バター…3g
フランスパン（厚さ1センチ）…2切れ
パセリ（みじん切り）…適量

作り方

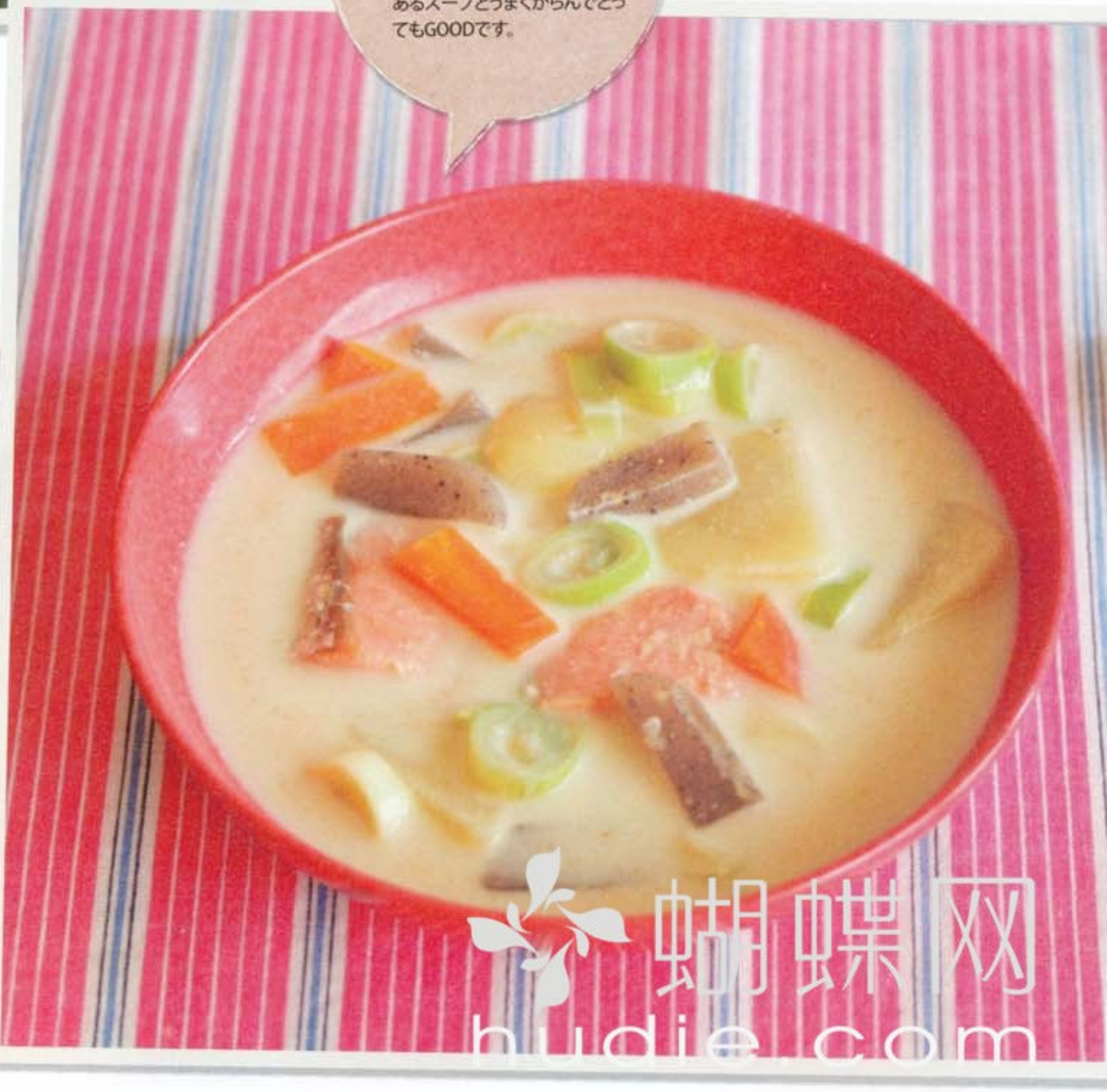
1. 鍋に水を入れて火にかける。沸騰 たらフライドオニオン、固形ブイヨ を加えて約3分煮る。バターを加 塩・黒コショウで味をととのえる。
2. フランスパンはトースターで焼き がつくまで焼く。

Point 1と2の作業を並行して行え ばより効率UP!!

3. ①を器に盛り、②をのせてチーズ ちらし、再びトースターでチーズが けて焼き色がつくまで焼く。仕上 にパセリをちらす。

SHIORI's Advise
玉ネギをあめ色になるまで炒めるのは大変。そこで、フライドオニオンを代用しました。あらかじめ揚げてあるフライドオニオンには、玉ネギの甘さとうまみが凝縮されて◎。さらにバターを少量加えることで、コクが増しておいしさもUP!

SHIORI's Advise
小腹がすいたときには、市販のラーメンを加えても◎。コクのあるスープとうまくからんでとってもGOODです。



味噌＋牛乳のマイルドなコクが◎

石狩鍋風スープ

材料（2人分）

水…300cc
生鮭…1切れ
ジャガイモ…1個
ニンジン…1/3本
こんにゃく（あく抜き済み）…50g
長ネギ…1/3本
顆粒和風だし…小さじ1
味噌…大さじ1
牛乳…100cc

作り方

1. ニンジンとこんにゃくは短冊切りに、ジャガイモは皮をむいて5ミリ幅のひと口大に切る。長ネギは5ミリ幅の輪切りにする。生鮭は4等分に切る。
2. 鍋に水と顆粒和風だしを入れて火にかけ、沸騰したらニンジン、ジャガイモ、こんにゃく、長ネギを加える。ジャガイモにスーッと串が通るくらい4～5分煮る。
2. 牛乳を加えて再び沸騰したら、味噌を溶いて鮭を加える。2～3分煮て、鮭に火が通ったらできあがり。

vimee.net
蝴蝶网 hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

Part 2

10分で完成!

すぐ食べたいときの即席スープ

外出先から帰ってすぐの一杯にぴったりの超簡単レシピをここではピックアップ。身体を温めてくれる食材もたっぷりです。

玉ネギの甘みが引き立つシンプル味

ウインナーと玉ネギのコンソメスープ

材料（2人分）

水…400cc
ウインナー…2本
玉ネギ…1/4個
固形ブイヨン…1個
サラダ油…小さじ1
塩・コショウ…適量

作り方

1. 玉ネギは薄切り、ウインナーは斜め薄切りにする。
2. 鍋にサラダ油をひき、玉ネギを入れてしんなりするまで炒めたらウインナーを加えて中に火が通る程度までサッと炒める。水と固形ブイヨンを加えて5分煮て、塩・コショウで味をととのえる。

やさしい甘さがクセになる!!

中華風コーンスープ

材料（2人分）

クリームコーン缶…1缶（小）
鶏ガラスープ…300cc
卵…1個
塩・コショウ…適量
万能ネギ…適量

作り方

1. 鍋にクリームコーン缶、鶏ガラスープを入れて火にかけ、煮立ったら塩・コショウで味をととのえる。
2. 仕上げに溶き卵を流し入れ、器に盛って、小口切りにした万能ネギをふる。

SHIORI's Advise

具は冷蔵庫にある残り野菜を何でも入れてOK! ジャガイモやニンジンなどのかたい野菜は、短時間で火を通すために小さく切るのがポイント。ふわふわ卵がとってもGOOD!

慧美网
vimee.net

固形ブイヨンでレストランの味

ふわふわ卵スープ

材料（2人分）

水…400cc
インゲン…3本
ベーコン…1/2枚
卵…1個
固形ブイヨン…1個
塩・コショウ…適量

作り方

1. ベーコンは1センチ角、インゲンは筋をとって1センチ幅に切っておく。
2. 鍋に水を沸かし、ベーコンとインゲン、固形ブイヨンを加えて2〜3分、インゲンに火が通るまでさっと煮る。
3. さい箸で鍋の中をくるくる混ぜながら、溶いた卵を糸をたらすように流し入れる。塩・コショウで味をととのえる。

蝴蝶网 hudie.com

Part 3 5分で完成！ スイーツドリンク

いつもの甘〜いホットドリンクをちょっぴりレベルアップさせた、
スペシャルレシピをご紹介。ちょっと疲れたときにもぴったりです。

身体の芯からあったまるチョコドリンク ホットチョコレート

材料（1杯分）

板チョコ（ミルク）…30〜40g
ラム酒…小さじ1/2
マシュマロ…適量
★牛乳…150cc
★生クリーム…500cc

作り方

板チョコを細かく刻み、★印の材料とともに小鍋に入れて弱火にかける。ゴムベラ（耐熱）でよく混ぜて、チョコが溶けたらラム酒を加え、茶こしでこしながらマグカップに注ぐ。あればマシュマロをのせる。

砂糖たっぷりの甘めがオススメ チャイ

材料（1杯分）

水…100cc
ティーバッグ…1個
ショウガ（薄切り）…1枚
牛乳…100cc
砂糖…大さじ1〜2
シナモンパウダー…適量

作り方

1. 鍋に水とティーバッグの茶葉、ショウガを入れて弱火にかけて煮出す。

Point 水が少量なので、ティーバッグは破いて茶葉のみを加えた方が煮出しやすいよ。

2. 牛乳を加えてひと煮立ちしたら砂糖、シナモンパウダーを加える。茶こしでこしながらマグカップに注ぐ。

ほろ苦抹茶をミルクがやさしく包む 抹茶ラテ

慧美网 vipse.net

材料（1杯分）

お湯…大さじ1
抹茶パウダー
…小さじ1と1/2
★牛乳…200cc
★砂糖…大さじ1と1/2

作り方

鍋に★印の材料と大さじ1の湯で溶いた抹茶を入れて弱火にかけ、沸騰したら火からおろす。茶こしでこしながらマグカップに注ぐ。お好みであたためた牛乳（分量外）を泡立てたものをのせる。

OOK&GOODSでおうちレッスン

ハピコレで実現★

HAPPY COLLECTION

ハピコレ 検索

人気レッスン BEST3はコレ!

No.1 **10分お弁当レッスン**
GOODSの『仕切りつきフライパン』でパパッと10分でお弁当作りを。
食材使い切りや時短のコツ・ワザ満載!

No.2 **スキンケアレッスン**
正しいケア法を覚えて、うるツヤ肌を手に入れる!
1号めには市価1万円相当のイオン美顔器がセット!

No.3 **下半身ダイエット**
骨盤のゆがみを整えてやせ体質に!
飽きずに続けられるエクササイズで、夢の部分やせを実現。

選ぶのも組み合わせも
お気に召すまま BE HAPPY!

ハピコレ3つのスキル

OOKスキル×全9レッスンから選べる!

日の「自分ごはん」から
切な人への「ごちそう」まで。
しく腕をみがけます。

「10分お弁当」1号めのGOODSでは「仕切りつきフライパン」が届くよ!

レッスンナンバー	レッスンネーム	
CA1	朝10分で毎日のお弁当作りが楽しくなるレッスン ※IH非対応	各レッスン 1号あたり 2,980円~※ (税・送料込)
CB1	「アレンジパスタ」がパパっと作れるレッスン	
CC1	<和・伊・仏・中>シェフ直伝・名店のまかないごはんレッスン	
CD1	ベンリ&ヘルシーな保存食ができちゃうレッスン	
CE1	「できない」が「楽しい」に変わる♪お料理基本レッスン	
CF1	大切な人のために作る「勝負料理」マスターレッスン	
CG1	かわいく&カンタンに作る★スイーツレッスン	
CH1	こねナシ!発酵ナシ!で失敗ナシのおうちパン作りレッスン	
CJ1	【IH対応】朝10分で毎日のお弁当作りが楽しくなるレッスン	1号あたり 3,480円~※ (税・送料込)

EAUTYスキル×全8レッスンから選べる!

レイ」はみがけば光るもの。
た目だけじゃなく、内面から輝く
れい」を目指します。

「スキンケア」1号めは**1万円相当の**イオン美顔器!

レッスンナンバー	レッスンネーム	
BA1	"一生もの"の肌を目指すスキンケアのレッスン	各レッスン 1号あたり 3,480円~※ (税・送料込)
BB1	飽きずに続けられる下半身ほっそりダイエットのレッスン	
BC1	からだの芯から「きれい」をつくるヨガ&ピラティスのレッスン	
BD1	気になる脂肪・疲労・むくみをケア からだスッキリ♪のデトレッスン	
BE1	いま始めて若さを保つエイジングのレッスン	
BF1	カンタンきれいなメイクアップの達人になるレッスン	
BG1	かわいく仕上げるおうちネイル&ハンド・フットケアレッスン	
BH1	ツボ・薬膳などで、カンタン!東洋美容のレッスン	

IVINGスキル×全5レッスンから選べる!

うち時間をすてきに彩る
イデアで、あなたの感性を
き出してセンスアップ!

「アロマ」1号めはセットですぐ体験できる!

レッスンナンバー	レッスンネーム	
LA1	こころリフレッシュ×からだリラックス♪アロマレッスン	各レッスン 1号あたり 2,980円~※ (税・送料込)
LB1	紅茶とお菓子で毎日をもっと楽しむレッスン	
LC1	おうちで手軽に和をたしなむレッスン	
LD1	"貯め&殖やしワザ"でお金に強い女性になるレッスン	
LE1	いまこそ学びたい「大人の家庭科」レッスン	

※6号分一括払いの場合(ただし、6号分最後まで継続されなかった場合は異なります。)

わしくはコチラ! お申し込みもできます。

▶お申込み時には、必ず右記のお申し込みコードをご確認ください。

お申し込みコード B 1 4 0 4

PCサイト ハピコレ 検索

http://happy.benesse.ne.jp/ 24時間年中無休受付 PCサイトからがオススメ!

●アドレスはすべて半角英数文字で入力してください。●申込画面に必要事項をご入力後、送信してください。

携帯メール 携帯サイト バーコー 取機能つきの携 話の方はコチラから!

ht@tmail.benesse.ne.jp 24時間年中無休受付

●題名(件名)・本文には何も入力せずに左記アドレスへメールを送ってください。
返信メール内のURLからお申し込みできます。

※通信事業者の事情により返信メールが遅延することがあります。※携帯電話でのメールの送受信、サイトの閲覧にはパケット通信料がかかります。※i-mode、EZweb、Yahoo!ケータイをご利用いただける携帯電話からお申し込みいただけます(一部利用できない機種があります)。※メールの受信拒否を設定されている方は設定解除してご利用ください。

お問 合わせ先 フリーコール 0120-959-850 (ハピコレ) 通話料無料 携帯電話からもつながります!

受付時間:朝10時~夜9時(日曜・祝日・12/29~1/3を除く)

●こちらのお知らせをお手元に置いて、左記の電話番号までお電話ください。
●電話窓口のものからの質問にお答えいただくだけで、お手続き完了です。
※一部のIP電話からは 043-299-4616 へおかけください(ただし、通話料がかかります)。
※番号はよくお確かめのうえ、おかけください。

でご紹介したものの、デザイン・内容・名称等は、今後予告なく変わることがあります。●撮影用小物等はつきません。 事業者:(株)ベネッセコーポレーション 〒700-8686 岡山市北区南方3-7-17

Benesse LifeSmile

料理のウデみがき！

自炊を続けたいっ

絶対ダイエット！

疲れをためないカラダに！

2009年もあと少し。やり残しているコト

スキなことを手軽に。新しい体験を手軽に。22種類のレッスンから、あなたが選んだ「レッスンBOOK・GOODS」を毎月1回セットでお届けします
さらにWebのフォローサービスも充実！ そんな新しい「おうちレッスン」、それが**ハピコレ**です。

毎月届くのはどんなHAPPY？

What's ハピコレ？

あなたのおうちに届くハピコレ。
その中には、あなたが「なりたいわたし」や「ちょっと新しいわたし」を発見できるきっかけがつまっています。

毎月お届けするもの

お届け① ハピコレBOOK

オールカラー

＋

お届け② ハピコレGOODS

※レッスンにより一部異なります。

全68ページ※・毎号1テーマを監修の先生たちが楽しくレッスン。役立つ・得する情報もいっぱい。

BOOKのテーマと連動したGOODSで、すぐレッスンを実践できます！

BOOKもGOODSも、毎号お届け！
6か月間、楽しみが続くよ！

Plus ＋

いつでも利用可能の限定サービス

困った！できた！のときに

みんなの掲示板
ハピ★カフェ

全国の「ハピコレ」メンバーと、お互いに「ハピコレ」情報交換できるよ。

- 掲示板 ・みんなのフォトギャラリー
- Myページ・ハピ★カフェ ポイントりれき など

PC・ケータイからアクセスOK!

ハピカフェ ［検索］

いつでもアクセスできる！

たとえば

PASTA

レッスンナンバー CB1
おうちに届く珍しい食材で
腕をみがく★

意外な組み合わせでワンランクアップ！
「アレンジパスタ」がパパっと作れるレッスン を選んだら…

1号あたり
2,980円（税・送料込）※～
※6号分一括払いの場合（ただし、6号分最後まで継続されなかった場合は異なります。）

「レッスンBOOK」には、美味しいレシピや料理のハウツーがギッシリ！

「美味しいパスタ作りのルール」「基本ソースとアレンジレシピ」など、読むだけで作りたくなっちゃう。

「レッスンGOODS」でさっそくパスタ作りを！

柳宗理のトングワザでプロっぽく！

1号めのGOODSでお届けする「キッチンタイマー」も大活躍★

Web掲示板「ハピ★カフェ」に出来上がり料理を投稿！楽しみを広げよう。

コミュニティサイト
全国の「ハピコレ」
仲間と情報交換！
新しい発見、
見つかるよ。

ハピコレは

安心！ 手軽！ 気軽！

全22レッスンすべて6か月完結

※この商品は、18歳以上の方を対象にしたものです。

安心！
入会金無料！
お支払いは商品が届いてから。

手軽！
1レッスン・1号あたり
COOKスキル・LIVINGスキル
2,980円（税・送料込）※～
BEAUTYスキル
3,480円（税・送料込）※～
※6号分一括払いの場合（ただし、6号分最後まで継続されなかった場合は異なります。）※【IH対応】10分お弁当レッスンは、BEAUTYスキルの各レッスンと同料金になります。

気軽！
途中解約可能！
（ただし、3号め以降から）
一括払いの場合は、残金を清算してお戻しするので安心！

※レッスンの効果には、個人差があります。
※化粧品等において、アレルギー等をお持ちの方は、医師にご相談のうえお申し込みください。
※エクササイズ系のレッスンは、妊娠中の方または既往症をお持ちの方は、医師にご相談のうえお申し込みください。
※食品に関しては、妊娠・授乳中の方または既往症をお持ちの方は、医師にご相談のうえお申し込みください。

今だけ！ 申込者全員にプレゼント！ ハピ★秋キャンペーン実施中

12.14（月）まで

秋限定プチレッスン BOOK & GOODS 全員プレゼント

GOODS
冬じたくGOODSコフレ
この季節にピッタリの紅茶とネイルカラーを、1つずつセットでお届け！

＋

BOOK
HAPPY冬じたくレッスンBOOK
あったかメニュー＆スイーツのレシピと、ハンドマッサージ法などをプチレッスン。

※セット内容は選べません。ハピコレ編集室におまかせください。

慧美网 vimae.net
蝴蝶网 hudie.com

めない女。
ワン！ツー！
スリム料金
チャンス
ワン!
1袋買ったら、
ツー!
もう1袋プレゼント！
スリム料金
さらに送料と代引き手数料無料！
今すぐお電話又はインターネットで
お申し込みください！
リズミカルな
毎日に
おなか大切！
黒ごま
&
オリゴ
Black Sesame & Oligo
ねりごまに
オリゴ糖をプラス！
ごまとオリゴで、美味しくスッキリ。
宝庫といわれる黒ごまには、美容と健康に欠かせない食物繊維、ミネラル、
ン類、たんぱく質、カルシウムなどがたっぷり含まれています。この黒ごまに、
かの環境を整える働きが期待されるオリゴ糖をプラス。さらに黒砂糖、
つを加えて上品な風味に仕上がっています。レシピもとってもカンタン。
な飲み物や食べ物に混ぜてみて、ヘルシーな食習慣を始めましょう！
ぜるだけの簡単レシピで、美味しい、ヘルシー！
ごまソイオーレ〉
ーと豆乳を使ったソイ
に、「黒ごま&オリゴ」
ス。
〈黒ごまミルクプリン〉
コラーゲンを含むゼラチンで
作るプリンに、「黒ごま&オリ
ゴ」を加えコクのある風味に。
〈いんげんの黒ごま和え〉
調味料のかわりに「黒ごま&
オリゴ」を使えば、手早く、美
味しく、和え物が作れます。
おなか大切！
黒ごま&オリゴ
新発売
1本あたり
黒ごま約1500粒分のセサミン
乳果オリゴ®2200mg使用
1袋10本入 945円（税込）
通販限定
●本製品は保存料を一切使用しておりません。
●はちみつを使用していますので、満1歳未満の乳児には食べさせないでください。
●1日1～2本を目安にお召し上がりください。
●食べすぎまたは体質によりおなかがゆるくなることがありますのでご注意ください。
※乳果オリゴ®は（株）林原生物化学研究所の登録商標です。
文は
フリーダイヤル 受付時間:9:00～17:00（土・日・祝日を除く）
0120-50-5526 お電話で、申込番号 0909 と おっしゃってください。
インターネット 24時間受付（パソコン・携帯電話からご注文いただけます）
http://shop.kadoya.com
は、ご注文承り後、10日以内でお届けします。●代金は、商品到着の際配達員にお支払いください。●キャンペーンのご注文はお一人様1回限りとさせていただきます。●返品・交換は未
商品に限りお受けいたします。商品到着後、10日以内に、0120-50-5526にご連絡ください。なお、お客様のご都合による返品の送料は、お客様のご負担とさせていただきます。●価格は
です。［お客様の個人情報について］弊社にお寄せいただいた氏名・住所・電話番号は、弊社の商品・サービスの紹介、提供および関連する情報のお知らせに利用させていただきます。
かどや製油株式会社
www.kadoya.com

hudie.com

あなたにぴったりの貯め方わかります♥

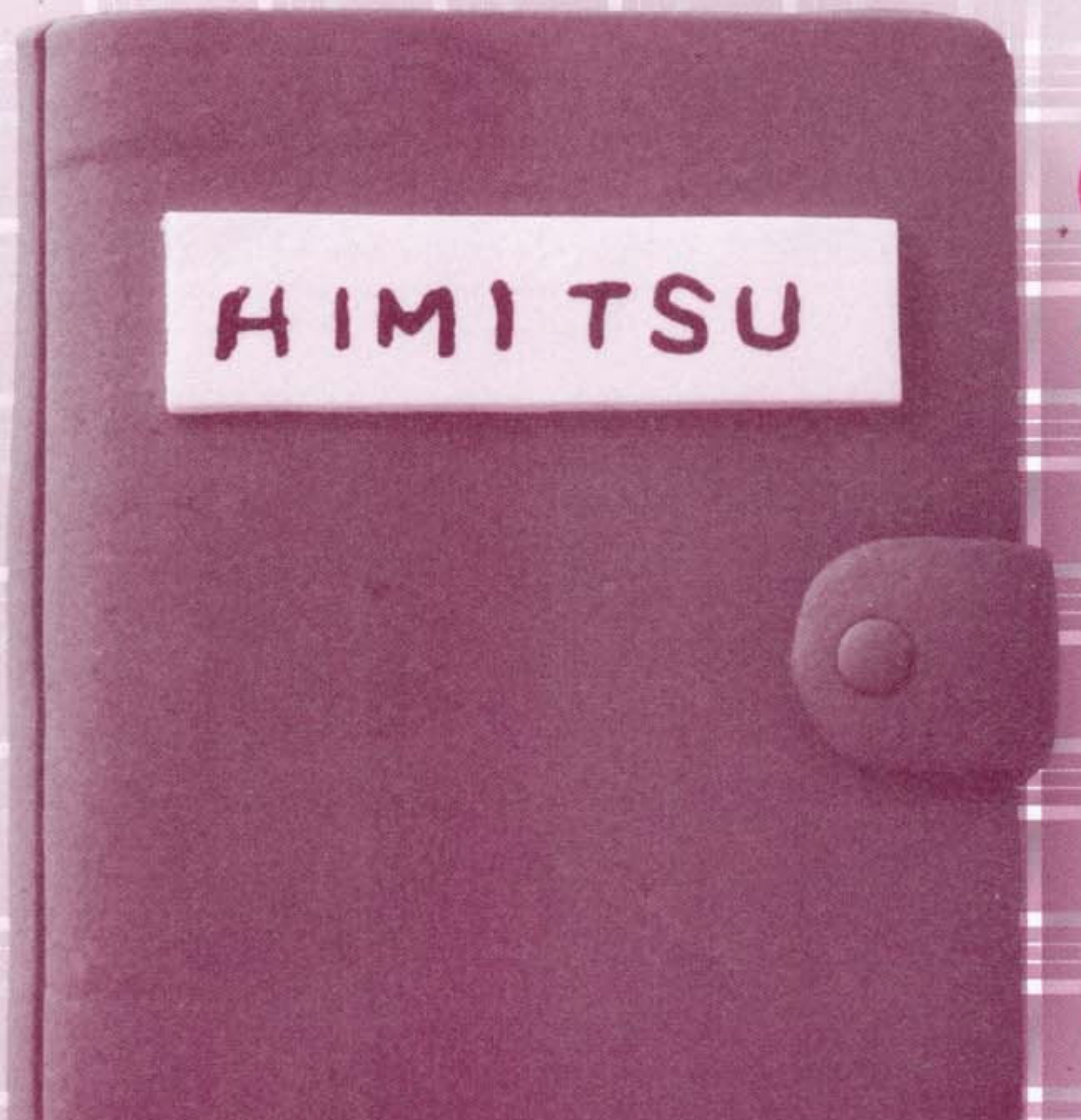
書き込み式

お金が貯まる「ひみつノート」

お金を貯めるってムズカシイ…! でも実は、お金を貯めるうえで重要なのは、お給料の金額でも生活スタイルでもなく“自分に適した貯め方”を知ること。そこで今回は、最適な貯蓄方法がわかる「ひみつのノート」を公開! これを読めば100万円も夢じゃない!?

撮影/中村圭介　取材・文/酒井富士子、坂井あやの(verb)　イラスト/Nobby　オブジェ制作/すずきしゅ

＼毎月、赤字0円にすることだけ!／



STEP1
診断テストで自分を知る

STEP2
マネーダイアリーでムダカット

STEP3
お金が貯まる仕組みづくり

STEP4
節約術を実践する

ここまでくれば100万円はスグ!!

＼こんなコでも大丈夫!／

steady.代表
steady.ちゃん
手取り月収:16万… ボーナスな…
貯蓄:たぶん10万円くらい
性格:オサイフの中身… っちゃうタイプ。「給料日まだ?」と毎月思う。

1.ぎりぎり生活でこれ以上貯蓄はムリ
→現状維持のまま「ムダを減らす」だけ!

2.ものぐさなので、面倒なことはできない!
→今すぐペンを用意して! まずは、記入するだけでOK!

3.時間と余裕がないからムリ
→同世代のコができたことだけ、ご紹介!

私たち貯められないんです!

結婚して子育てが始まったらたくさんお金がかかりそう…。自分や家族の病気など急な出費があった時に補填できる自信がない。
藤村友里亜さん(メーカー勤務・20歳)

欲しいものが多すぎる! みんなそんなにお金あるの?
小多奈緒さん(学生・22歳)

貯蓄が一定額からいっこうに増えない(泣)。どうやって増やせばいいの? お金に余裕がないと心も余裕が持てなくなります。
下谷綾さん(メーカー勤務・23歳)

給料が安すぎ… 何もできない! ボーナス下げるなー…
鷹野詩歩里さん(メーカー勤務・2…)

老後のお金っていつ貯めるもの? 今はムリですけど。
平田いくさん(サービス業・22歳)

給料が労働時間や勤務内容に見合ってない(怒)! 仕事絡みの接待や飲み会が多いのに、経費が出ないってどういうコト!?
岡本ハナさん(IT関連会社勤務・26歳)

50万円あったらシャネルのバッグを買う♥
沈奈琵さん(学生・21歳)

不景気の波はとどまるこ…を知らず、4月のボーナス…額に続いて今年の冬も…額の通知が。ボーナス増…たらホテルで豪遊したー…
小林莉沙さん(保険会…勤務・2…)

慧美网 hudie.com 蝴蝶网

STEP1

あなたのお金の使い方と弱点がわかる

マネー診断テストで自分を知る!

お金が貯まらないのは、ムダ遣いや節約ベタなど何らかの理由があるから。
どうして貯まらないのかを診断テストでチェックしてみましょう。

COMMENT!!

お金が貯まらないのは、その使い方に問題があるから。あなたの問題を見つけて、解決しましょう。

PROFILE

新聞・雑誌・インターネットなどに20本を超える連載を持つ。的確な家計診断で人気。

\ STEP1の先生は… /

ファイナンシャル・プランナー
畠中雅子さん

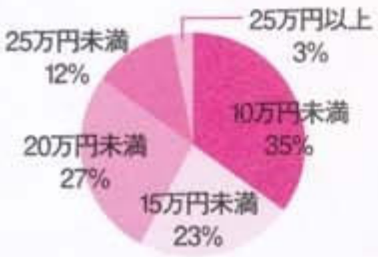
steady.読者のマネー基本データ

ステディ.読者にお金についてのアンケートを実施。みんなのマネー事情をチェック!

Q1. お金の管理は得意?

7割以上が得意ではないと返答。やっぱり、「時間がなくて…」という人が多いみたい。

Q2. 給与の手取り額を教えてください!



お給料の手取り額で一番多いのは10万円未満で約35%! 25万円以上のコがうらやましい!

Q3. 貯蓄額を教えてください!

20万円未満の人が38%、一方100万円より多い人も36%! あなたはどっち組?

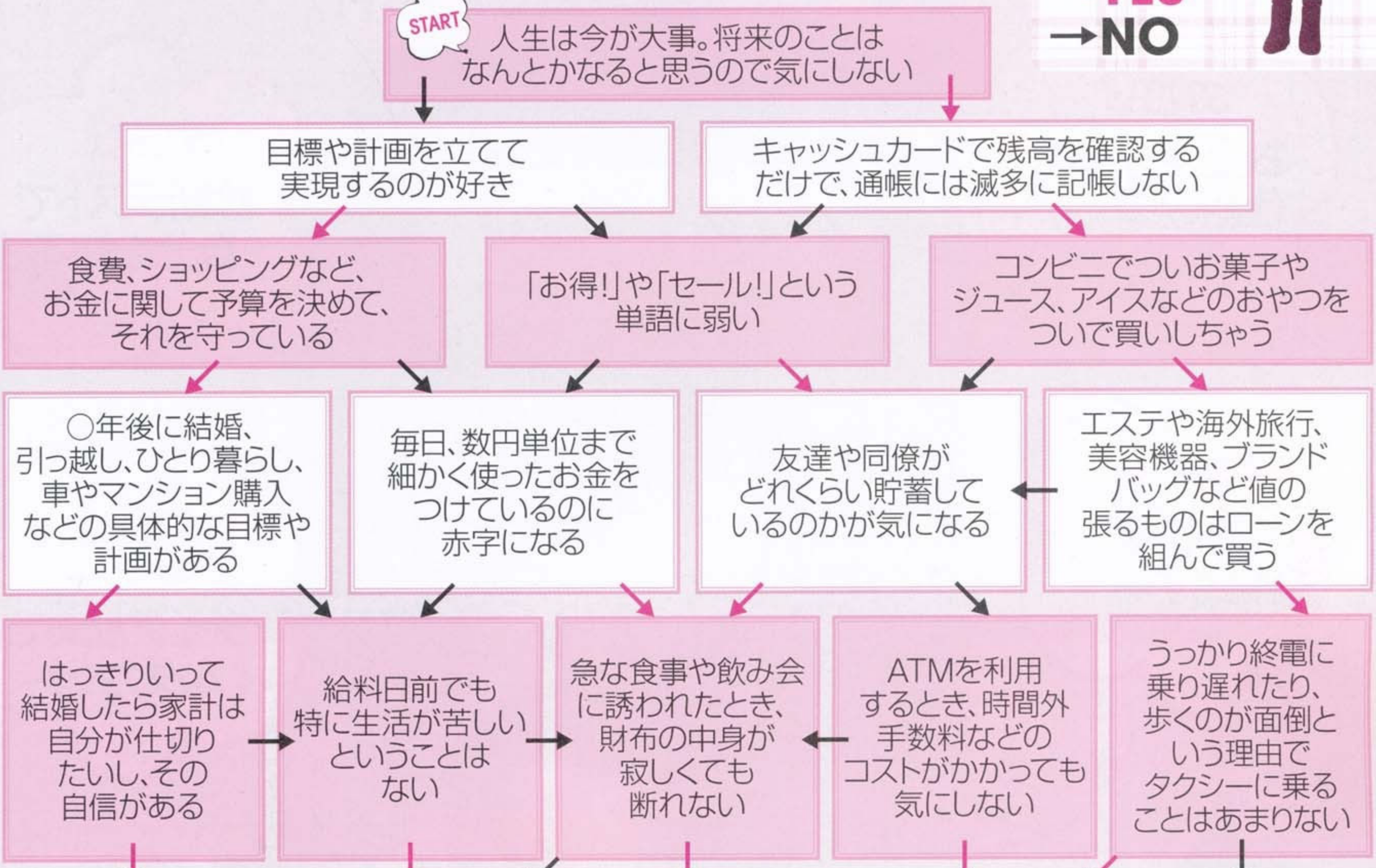
Q4. 50万円あったら、どんなことに使いたいですか?

1位 旅行をする
2位 貯金をする
3位 ブランドモノを購入する

旅行と貯金が約30%ずつで均差。どっちもしたいという人が多いみたい!?

[チャートのやり方]
スタートポイントから始めて、1つずつYES、NOで答えて進んでください。あなたのタイプがわかります。

→YES
→NO



TYPE-E
文句なしの優等生!

あなたは文句なしの優等生! お給料の2割を積み立てに回していたり、ボーナスも当然キチンと貯蓄や投資用にキープしています。日ごろのお金の使い方を把握していて、使いすぎないように管理しているところも立派。既に貯蓄を300万円くらい持っているなど、貯めテクもバッチリ。将来もしっかり者の奥さんになること請け合い。

TYPE-D
あと一歩で合格! 現状維持タイプ

ごくごく普通の女のコ。お給料の1割を積み立てており、ボーナスの一部も貯蓄に回しています。貯蓄額はちょうど100万円を達成したところかも。これから、家計管理についてもうちょっとコツをつかめば、毎月の貯蓄額も増大。貯蓄名人への道も近い。今も十分頑張っているけれど、さらに精進して、ステキな女性を目指しましょう!!

TYPE-C
節約しても無駄遣いタイプ

がんばって節約・倹約するそばからお金を垂れ流し、せっせと貯蓄する裏でそのお金を取り崩し…。なかなか思うようにお金が貯まらず、自己嫌悪に陥ることも。一生懸命やっているつもりが、実は穴だらけだったり、間違ったやり方だったりしています。まずは基本に戻ってそのアンバランスを直して、正しい貯蓄名人への道を。

TYPE-B
お金にまったく無頓着タイプ

節約は苦手。でも、そんなに贅沢や浪費をしているわけでもない。"どうしてお金が貯まらないの? でも、まあ、いいか"とやりすごしてしまう無頓着さの奥に、お金オンチの危険性があります。お店の前を通っただけで、何となく洋服を買ってしまったり、帰宅途中でコンビニに寄ってしまう、考えなしの行動を振り返って反省を。

TYPE-A
あるだけ全部使っちゃうタイプ

無計画にお金を使うドンブリ家計。欲しいもの、買いたいものがあると、先のことを考えずに使うから、いつもお金が足りない、貯まらない。いったい何に消えているのか、自分でもわからない困り者。クレジットカードなども使った金額がわからないまま使い放題。これでは、破産への道をまっしぐら。今のうちにマネーの体質改善を!

マネー体質とその対策

自分のタイプがわかったら、どこが問題なのかまず把握。先生のアドバイスを聞いて、日頃の行動を見直してみましょう。それだけで、貯蓄体質への第一歩♥

TYPE-D

あなたの問題はココ!!

- □ これ以上貯めようと思わない
- □ キャリアアップに興味がない
- □ 飲み会にはあまり行かない

＼先生からアドバイス!!／

お給料の15%の貯蓄ができているなら、家計を見直す必要なし。洋服の買い方なども理想的では? ただし、お金を基準に断る機会もある飲み会は、自分が楽しめるかの基準で考えて。

貯蓄は手取りの15%してます!

あと一歩で合格! 現状維持タイプ

TYPE-A

あなたの問題はココ!!

- □「もったいない」と思わない
- □ 言われるままに会費を払う
- □ たまにカードローンも利用

＼先生からアドバイス!!／

今を楽しむという意味では、人生謳歌型といえますが、結婚や出産をすれば、家計が行き詰まるのはあきらか。先取り貯蓄を強化し、使っていい予算を決めた上で、お金を使う習慣を。

今が楽しいことが大事!

あるだけ全部 使っちゃうタイプ

TYPE-E

あなたの問題はココ!!

- □ たまにケチケチしてしまう
- □ ポイントなどに興味がない
- □ 定期預金しか利用していない

＼先生からアドバイス!!／

お金の使い方に問題なし。長期的な生活設計を立てているのも、優秀! きちんとしすぎるところは玉にキズ!? かも。友達が窮屈に感じていないか、ときどき反応を確認してみて。

将来は海外留学したい!

文句なしの 優等生タイプ

TYPE-B

あなたの問題はココ!!

- □ 今持っている金額がわからない
- □ コンビニを見ると入ってしまう
- □ 誘われたら断らない

＼先生からアドバイス!!／

友達づきあいが良く、日々の暮らしを楽しめるのがBタイプ。ただし、長期的な生活設計を立てるのは苦手。貯蓄意識を高めるために、5年後や10年後の生活をイメージしてみて。

友人との時間が生き甲斐!

お金にまったく 無頓着タイプ

TYPE □

あなたはどのタイプでしたか? 問題点をあきらかにして、先生のアドバイスにそって貯蓄体質にシフトチェンジ。

さん

あなたはどのタイプ?

＼先生からアドバイス!!／

20代のうちに貯蓄力や生活設計力を磨くと、結婚、出産の後にも、その力は役立ちます。10年後に自分はどんな暮らしをしたいかイメージして、必要な貯蓄力を身につけましょう。

TYPE-C

あなたの問題はココ!!

- □ 自宅でコンビニ弁当を食べる
- □ バーゲン会場でバカ買いする
- □ 携帯電話でつい長電話する

＼先生からアドバイス!!／

メリハリがついているようで、実はお金が貯まりにくいのがCタイプ。節約するいっぽうでリバウンド買いも多いのでは? 使える予算を予め計算してから、買い物に行きましょう。

がんばって貯めてるつもり

節約しても 無駄遣いタイプ

COLUMN 1 貯蓄を決意したら、まずはマネーサイトでしっかり貯めている人のテクをチェック!

お金を貯めたいと思っても、何から手をつけたらいいのか、なかなかわからないもの。そこで、貯めるテクをブログで公開している人のワザを見てみましょう。

お料理上手は貯蓄上手になる第一歩

家族4人で月20万円、食費1万円台で暮らす節約レシピや得する情報を公開。安くおいしいレシピは自炊派の参考に。レジャー情報や買い物法、ダイエット挑戦ブログなど節約力UPにオススメ。

http://happysetsuyaku.com/blog/

流行りの「弁当男子」の先を行く「家計簿男子」

ひとり暮らし男性のKobaさんが、貯蓄体質を目指して、日々家計簿をつけたり、節約生活を実践しています。苦しみながら貯金300万円を達成。現在、1000万円目指して奮闘中。

http://tametainya.com/

お給料スライド貯蓄でがっちり!

キレイも頑張りつつ、しっかり貯蓄もしたい! そんなOLさくらさんが公開している家計管理法と貯蓄テク。洋服の着まわし法や美容のコツも読んでいて面白い!

http://cherry-blossom.ciao.jp/

慧华网 hudie.com 蝴蝶网

蝴蝶网 hudie

1週間のマネーダイアリーでわかる マネーの体質別 ムダの減らし方

家計簿をチェックすればムダが一目でわかるもの。そこでステディ.読者5人に1週間のマネーダイアリーを実践してもらいました！

マネーダイアリーとは?

収支を費目別に記録する家計簿のこと。続けていくうちに自分のお金の流れを把握したり、ムダや弱点を発見できます。ノートやケータイ、DSなど様々な家計簿ツールの中から好みの方法を見つけて、まずは1週間トライ！

\STEP2の先生は…/

COMMENT!!

独身時代は絶好の貯め時。20代から貯蓄グセをつけておくと結婚後も家計上手になれますよ♥

PROFILE

節約アドバイザー、FP。節約界のカリスマとして楽しい節約術をテレビや雑誌等幅広く発信。著書は『丸山晴美の節約生活ドリル』ほか多数。

ファイナンシャルプランナー
丸山晴美さん

TYPE-A

あるだけ使っちゃう

小林絵美さん（23歳、生命保険会社勤務）

小林さんの現状

住居：実家暮らし
給与：21万円（手取り17万円）
ボーナス：あり（夏35万円・冬35万円の2回）
貯蓄額：65万円
保険：社会保険、生命保険（給料天引き）

私の「ムダ習慣」はコレ! 結果

月1回のネイル
月に一度のネイルは自分の楽しみのひとつ。アートもこだわります。

仕事帰りのお茶
最寄の駅前でついスタバやコンビニに寄り道してしまうクセが…

あなたのムダは?

先生アドバイス

★ボーナス払いの買い物はキケン!

ボーナスは必ず出る保証はないので、ボーナス払いは極力避けること。実家の恵まれた環境を生かして、給料の3〜5割を目安に貯蓄を徹底しましょう。

\チャレンジした感想/

洋服代以外にも、カフェやランチなどの飲食費の出費が多くてびっくり。外ランチをした日は寄り道をやめて余計な出費を減らしていこうと思います。

小林さんのマネーダイアリー結果

仕事帰りに一目惚れした服をつい衝動買い…。帰りはカフェでひと休みして帰宅

使用TOOL!

ノートでチャレンジ!

今週は外食が多かったので今日の夕食は自宅で。大好きなオムライスでした♪

外回りが多いのでこまめにパスモにチャージ。うっかり家にお財布を忘れても安心です

今日は一日部屋でまったり。コンビニでお菓子を買ってDVD鑑賞しました

丸井が10%オフだったので思いきってボーナス払いでコートを買いました♥

曜日	項目	金額
Mon	参考書	¥1,400
	マラソン参加費	¥2,500
	ランチ代	¥500
	計	¥4,400
Tue	洋服代	¥15,000
	ペットボトル代	¥140
	カフェ代	¥500
	計	¥15,640
Wed	ランチ代	¥500
	コンビニ代	¥300
	夕食代	¥3,000
	計	¥3,800
Thu	チャージ代	¥1,000
	ランチ代	¥500
	カフェ代	¥600
	計	¥2,100
Fri	コンビニ代	¥600
	計	¥600
Sat	洋服代	¥69,000(ボーナス払い)
	バッグ代	¥12,000
	ランチ	¥1,000
	計	¥82,000
Sun	コンビニ代	¥500
	計	¥500
	合計	¥109,040

1ヵ月の収支表

区分	項目	金額
★固定費	家賃	0
★公共料金	電気・水道・ガス	0
	携帯	8,000
	通信費	0
★生活費	服飾費	50,000
	美容費	20,000
	交際費	30,000
	習い事費	8,000
	食費	30,000
	雑費	4,000
★カード代		20,000
★毎月の貯蓄（財形以外）		0
	合計	¥170,000

\目標&悩み/

★年に1〜2回は海外旅行に行きたい
★来年までに貯蓄100万円越えが目標

管理法

給料用の口座、貯蓄用、クレジット引き落とし用に口座を分けて収支をしっかり把握。

TYPE-B

お金に無頓着

田川 彩さん（26歳、薬剤師）

田川さんの現状

住居：実家暮らし
給与：24万円（手取り19万円）
ボーナス：あり（夏35万円・冬35万円の2回）
貯蓄額：220万円
保険：社会保険（給料天引き）

私の「ムダ習慣」はコレ! 結果

野菜ジュース
朝ごはん代わりに飲む野菜ジュースはほぼ毎日コンビニで。

飲み会代
ストレス発散に友人と週1ペースで飲みに行くことが多いです

あなたのムダは?

先生アドバイス

★1,000円以下の買い物に注意!

小さな買い物は使っている意識は低いけど月に換算すると大きな出費に。ローンは利息がつくので繰り上げ返済して月々の貯蓄額アップを。携帯料金も見直して！

\チャレンジした感想/

自分では節約家だと思っていたけど、毎日ちょこちょこ買いをしていることに気がつき浪費家な性格を自覚…。まずはコンビニ通いを減らします!

田川さんのマネーダイアリー結果

食欲がなかったのでお昼はお茶とヨーグルトのみ。出費も少なく済みました♥

使用TOOL!

パソコンでチャレンジ!

のどの乾燥対策にのどあめは必需品。仕事が忙しかったのでランチはおにぎりのみ

半休だったので午後から友人とランチ&お茶。お気に入りのカフェでガールズトーク♪

バレエのレッスン用にシューズを新調。むくみ防止にメディキュットを購入

職場の後輩とランチしにパスタ屋さんへ。食後は近くの喫茶店でひと休み

曜日	項目	金額
Mon	コンビニ代	¥253
	計	¥253
Tue	ランチ代	¥1,300
	カフェ代	¥800
	計	¥2,100
Wed	コンビニ代	¥357
	計	¥357
Thu	ランチ代	¥850
	ドリンク代	¥200
	計	¥1,050
Fri	タクシー代	¥1,530
	計	¥1,530
Sat	コンビニ代	¥680
	トゥシューズ購入	¥6,150
	衣料雑貨	¥3,510
	飲み代	¥1,000
	タクシー	¥890
	計	¥12,230
Sun	ユニクロでお買い物	¥4,070
	計	¥4,070
	合計	¥21,590

1ヵ月の収支表

区分	項目	金額
★固定費	家賃	0
	ローン返済	20,000
	家へ	10,000
★公共料金	電気・水道・ガス	0
	携帯	15,000
	通信費	0
★生活費	服飾費	20,000
	美容費	15,000
	交際費	30,000
	習い事費	23000
	食費	20,000
	雑費	15,000
★カード代		0
★毎月の貯蓄（財形以外）		20,000
	合計	¥188,000

\目標&悩み/

★車のローン返済を早く終わらせたい
★本場イタリアでバレエ鑑賞するのが夢

管理法

基本は給料天引きで財形貯蓄。毎月1〜2万円あまったお金をゆうちょ口座で貯蓄。

TYPE-C

節約してもムダ使い

太田美和さん（26歳、法律関係勤務）

太田さんの現状

住居：同棲
給与：19万円（手取り14万円）
ボーナス：あり（夏40万円・冬40万円の2回）
貯蓄額：100万円
保険：社会保険（給料天引き）

私の「ムダ習慣」はコレ! 結果

可愛い雑貨
パリ風の可愛い雑貨類が好きで毎月なにかしら買うのが楽しみ♪

持ち歩きお菓子
ガムやミント系のお菓子は必需品。でもバッグに何個も食べかけが…

あなたのムダは?

先生アドバイス

★お弁当持参で食費をカット!

自炊した翌日はお弁当を持参すれば、ランチ代も浮いて食材も余らせずに一石二鳥。美容費、服飾費の予算を少しずつ減らせばプラス1万円貯蓄が可能です。

慧美网 vimeee

\チャレンジした感想/

毎月適当に生活費の予算を立てていたことが、ムダ使いをする原因ということがわかりました。手帳は毎日見るものなので忘れっぽい人におすすめ☆

太田さんのマネーダイアリー結果

ぷるツヤ肌になるタカミサプリ! 始めてから肌の調子がいいので少し高いけどリピート中

使用TOOL!

手帳でチャレンジ!

コンビニで買うよりも安いので、ネット通販でヴォルヴィックをまとめ買いしてます

ボディショップのシャワージェルはポイント¥600分使って¥350でゲット♥

彼と映画を観たあとカフェでお茶しながらまったり。カフェバニラがお気に入りです♪

今日は仕事帰りに友人とごはん。明日のおやつにスコーンを買って帰りました☆

曜日	項目	金額
Mon	サプリ購入	¥10,000
	計	¥10,000
Tue	ランチ代	¥1,480
	スーパーで食材購入	¥2,974
	ドラッグストア	¥358
	化粧品代	¥354
	腕時計の電池交換代	¥2,500
	計	¥7,666
Wed	ドリンク代(ヴォルビック6本入り)	¥534
	計	¥534
Thu	ランチ代	¥270
	スーパーで食材購入	¥1,866
	計	¥2,136
Fri	ランチ代	¥350
	夕食代	¥945
	おやつ代	¥262
	計	¥1,557
Sat	コンビニ代	¥435
	計	¥435
Sun	ドリンク代	¥147
	カフェ代	¥670
	計	¥817
	合計	¥23,145

1ヵ月の収支表

区分	項目	金額
★固定費	家賃	0(彼負担)
	交通費	10,000
	奨学金返済	15,000
★公共料金	電気・水道・ガス	0(彼負担)
	携帯	5,000
	通信費	0
★生活費	食費	25,000
	美容費	10,000
	交際費	20,000
	服飾費	30,000
	雑費	5,000
	習い事費	0
★カード代		0
★貯蓄（財形以外）		20,000
	合計	¥140,000

\目標&悩み/

★自炊分の食材をよくあまらせてしまう
★次のボーナスで彼と海外旅行に行く予定

管理法

財形以外に積み立て2万円を毎月貯蓄。生活費は給料用口座から必要分を引き出す。

蝴蝶网 hudie.com

TYPE-D

私の「ムダ習慣」はコレ! 結果

ジム用のウェア
モチベーションUPのためにもかわいいウェアは必須アイテム

サプリ類
ニキビができやすいのでビタミンB群を欠かさずに摂ってます!

あなたのムダは? 先生アドバイス

★1週間1万円生活の実践を!

食費&携帯費は◎。固定費を抜いた金額で、1週間1万円でやりくりすれば毎月3万円貯蓄できます。ボーナスなしでも30歳で500万円達成が可能に!

チャレンジした感想

これ以上節約できない、と思っていたけど細々した出費が多くてちょっと反省。DSは楽しく記録できるので飽きっぽい私の性格に合ってました!

斉藤さんのマネーダイアリー結果

Tue
部屋着用に買ったもこもこパーカーは雑貨屋で。ラグマットは通販で購入

使用TOOL! DSでチャレンジ!

Fri
「ナノケア」の給水タンクとキャップを失くしてしまったので部品を取り寄せ

Thu
ニキビ対策に、ハウスオブローゼで洗顔フォームとコンシーラーを新調しました

Sun
招待券をもらったので上野動物園と美術館にお出かけ。パンダ焼きはお土産に

Sat
美ジョガー目指してシューズを購入! 休日ランチは奮発してコースを注文♪

Mon	雑誌 マンガ 計	¥300 ¥560 ¥860
Tue	ルームウェア購入 ラグマット購入 計	¥1,580 ¥980 ¥2,560
Wed	資格登録費 食材費 おやつ代 計	¥16,000 ¥158 ¥88 ¥16,246
Thu	化粧品2点購入 計	¥4,200 ¥4,200
Fri	イオンスチーマーの部品を購入 計	¥3,000 ¥3,000
Sat	ランニングシューズ購入 ランチ代 計	¥7,980 ¥1,474 ¥9,454
Sun	交通費 おやつ代 お土産代 計	¥320 ¥280 ¥460 ¥1,060
	合計	¥37,380

1ヵ月の収支表

★固定費	家賃	0
★公共料金	電気・水道・ガス 携帯 通信費	0 [illegible]500 2,800
★生活費	食費 交際費 美容費 服飾費 雑費 習い事費	10,000 10,000 3,000 15,000 20,000 16,000
★カード代		3000
★貯蓄(財形以外)		25,000
	合計	¥109,300

目標&悩み

★派遣なので将来設計がこの先不安…

★30歳までに500万円以上貯めたい!

管理法

給与口座とは別に、銀行とゆうちょの2口座で積み立て。貯蓄はほぼ前職のボーナス。

あと一歩! 現状維持さん

斉藤裕子さん(26歳、派遣社員)

斉藤さんの現状
- 住居:実家暮らし
- 給与:13万円(手取り11万円)
- ボーナス:なし
- 貯蓄額:380万円
- 保険:健康保険(給料天引き)

TYPE-E

私の「ムダ習慣」はコレ! 結果

コンビニ菓子
2日に1回はコンビニでお菓子を買ってしまうのが悩み(泣)

新作のコスメ
コスメ好きで気になる新作はすぐに買って試したくなっちゃいます

あなたのムダは? 先生アドバイス

★お金の使いどころを心得た優等生

一見お金使いが荒らそうに見えるけど、服のリサイクルや副業で賢くおこづかいを稼いでいる優等生。臨時収入は使いきらずに貯蓄に回す心がけを♪

チャレンジした感想

以前は一万円札をあっという間に使ってしまっていたけど、レシートを残しておくと何に使ったかがわかるので同じようなムダ使いがだいぶ減りました。

渡部さんのマネーダイアリー結果

Mon
お友達の家にお呼ばれしたので、手土産にバッハルムのローズチョコをセレクト♪

使用TOOL! 携帯でチャレンジ!

Fri
今日は一日中忙しかったので、仕事後は気分転換に外食へ。サンマルクでディナー♥

Wed
お気に入りのフレスカの日中用クリームを購入。つけまつげはMACをリピート!

Sun
読者モニターで3万円の臨時収入。シンシアローリーのワンピとボディミルクを購入

Sat
リサイクルショップで服を売って6万円ゲット。D&Gのブーツ購入資金に

Mon	タオルハンカチ購入 お友達へのプレゼント代 計	¥525 ¥2,500 ¥3,025
Tue	ヘアアクセサリー購入 計	¥6,300 ¥6,300
Wed	ペットボトル 化粧品代 計	¥140 ¥8,470 ¥8,610
Thu	ランチ代 計	¥850 ¥850
Fri	夕食代 計	¥2,500 ¥2,500
Sat	臨時収入+¥60,000(副業アルバイト) ブーツ購入 計	 ¥100,000 ¥40,000
Sun	臨時収入+¥30,000(読者モデル代) ワンピース購入 化粧品代 計	 ¥25,000 ¥3,150 +¥1,850
	合計	¥59,435

1ヵ月の収支表

★固定費	家賃	73,000
★公共料金	電気・水道・ガス 携帯 通信費	20,000 9,000 3,000
★生活費	食費 交際費 美容費 服飾費 雑費 習い事費	20,000 20,000 10,000 30,000 5,000 10,000
★カード代		0
★貯蓄(財形以外)		10,000
	合計	¥210,000

目標&悩み

★来年の結婚式に向けて貯蓄額アップ!

★ついコンビニでお菓子を買ってしまう

管理法

毎月の積み立てとは別に、読者モデルやモニターなどの臨時収入を別口座に入金。

文句なしの優等生

渡部紗英さん(26歳、秘書)

渡部さんの現状
- 住居:ひとり暮らし
- 給与:25万円(手取り21万円)
- ボーナス:あり 夏40万円・冬40万円の2回
- 貯蓄額:約200万円
- 保険:社会保険(給料天引き)

Check2

あなたのムダチェック&カットガイド

自分の生活にムダはどれくらい隠れているの? 次はムダを算出する方法を教えます!

ムダの見つけ方

1. 自分の行動パターンを知る。(マネーダイアリーを利用する)
2. 1週間の出費額を知る。
3. 使った支出項目から「ムダ」を探して合計額を出す。
4. 次の一週間、選んだ「ムダ」項目を排除して生活する。
5. 続けていけると判断したら、長期で行う。

STEP1

ムダを削ると1週間でいくら節約になる?

あなたのムダ予想チェックリスト

「これはやっている+自分的にはムダ」と思うものにチェックを入れて!
(注意:あくまで自分判断でOK。削れないものを削る必要はナシ!)

- □ 1.コンビニに行くと必ずお菓子を買う(平均1週間で¥500出費)
- □ 2.お昼はほぼ社食や外ランチ(平均1週間で¥2,500出費)
- □ 3.スタバやタリーズに寄るのが日課(平均1週間3回で¥960出費)
- □ 4.定期以外のエリアに出かけることが多い(平均1週間で¥900出費)
- □ 5.折りたたみ傘よりもビニール傘派(平均1週間1回で¥500出費)
- □ 6.毎日ペットボトルを常備している(平均1週間で¥980出費)
- □ 7.夜に外食することが週2回以上ある(平均1週間で¥6,000出費)
- □ 8.夕方以降にATMをよく利用する(平均1週間3回で¥420出費)
- □ 9.ドラッグストアでプチプラコスメ買い(平均1週間で¥700)
- □ 10.自宅用の飲み物は1.5ℓサイズのお茶や水(平均1週間で¥500出費)

あなたのムダ予想額を算出!

チェックを入れた番号&参考出費金額を以下に記入! カットできる金額を知ることで、節約できる額が具体的に想像できるはず。(例:1、3ならば1週間で¥500+¥960=¥1,460のムダが!)

NO. □ ¥

NO. □ ¥

NO. □ ¥

STEP2

1週間のリアルな支出額を知ろう!

自分に合っているマネーダイアリーをチョイス

1週間に使った金額をチェック。楽しく行うことがつづけるコツ♥

□ 1.パソコン利用が多いなら… パソコンでマネーダイアリー
[用意するもの]
パソコン、家計簿サイトへの登録or家計簿ソフト購入

□ 2.日記感覚で楽しむ☆ 手帳でマネーダイアリー
[用意するもの]
手帳、レシート、ペン

□ 3.写真にとってあとでメモする! デジカメでマネーダイアリー
[用意するもの]
デジカメ、メモ帳、ペン

□ 4.ノートにレシートを貼るだけ! ノートでマネーダイアリー
[用意するもの]
ノート、レシート、ペン

□ 5.ゲーム感覚で記録する! DSでマネーダイアリー
[用意するもの]
ニンテンドーDS本体、ゲームソフト

□ 6.メールついでに送信♪ 携帯でマネーダイアリー
[用意するもの]
携帯電話、家計簿サイトへの登録

精美网

右枠に記入!

あなたに最適なマネーダイアリーは?

NO. □ [名称]
[用意するもの]

方法が決まったら早速トライ! 可愛いグッズやアイテムで楽しく行うのもポイント。

私は、 / ( )~ / ( ) の間に実践することを誓います♥

結果 1週間に使った合計支出 マネーダイアリーの結果を記入 ¥

STEP3

知らない間に貯まっているが理想

お金が貯まる仕組みをつくる!!

節約しているのに貯まらない！そんなコのために、お金を貯めるためのコツをここではご紹介。同様の方法で、100万円貯めた人の成功ストーリーもご紹介します♥

COMMENT!!

「予算」を超えてお金を使うから貯まらないんです！「今週使っていい予算」を知ることからスタート！

＼STEP3の先生は…／

ファイナンシャル・プランナー
畠中雅子先生

Check3

1 あなたの1カ月の貯蓄額は？

手取り給与額×0.1（余裕があれば0.2）で計算

¥

2 あなたが1カ月に使える金額は？

手取り給与額ー貯金額ー定額出費＝1カ月に使える金額

¥

3 あなたが1週間に使える金額は？

②の結果÷5（5週間）＝1週間に使える金額

¥

★P151のcheck2の「1週間に使った合計支出額」と比較。使いすぎか、余裕があるのかがわかります！

＼先生イチオシ！／

「1週間分の予算立て」で簡単貯蓄

Pointはコレだけ！ **先に貯める、残りを使う！**

貯蓄ができないのは、1.使ってから貯めようとするから。2.実現可能な貯蓄額を知らないから。下記の①〜③のステップで、絶対貯蓄できるように!!

1 給料をもらったら、まず貯める

会社で行っている「財形貯蓄」に申し込む、または、銀行窓口で「積み立て」を申請するのが一般的。もちろん、給料日に別口座に振り込んでもOk。

＼あなたが貯蓄できる額はコレで計算！／

手取り給与額×10%（〜20%）

（例：手取り給料額15万円×10%＝1万5000円←貯めることが可能な金額）

2 1カ月に使える金額を知る

＼あなたが1カ月に使える金額はコレで計算！／

手取り給与額ー貯蓄額ー定額出費★

（例：15万円ー❶の1万5000円ー携帯代1万円ー実家へ入金2万5000円＝10万円←1カ月に使える金額）

3 1週間に使える金額を計算する

＼あなたが1週間に使える金額はコレで計算！／

❷の結果÷5（5週間）＝1週間に使える金額

（例：10万円÷5＝2万円←1週間に使える金額）

ココがミソ！
5週間で割ることで、余剰を作ることが可能に。急な出費、飲み会の多い月など緊急用として利用するのがポイント。

結果 **余ったお金は「緊急時用」として別に貯めておく!!**

★定額出費とは…固定費＋公共料金＋習い事費など毎月ほぼ確実に使う出費のこと。

「私はこれで100万円貯めました」リアルレポート

実際に100万円貯めたステディ.読者が自分の貯めテクを公開。挫折ポイントも公開しているので、自分がくじけそうになったとき、参考にしましょう。

節約してもムダ使い派

任天堂DSで楽しく管理。ピン札貯蓄で助けられる！

林 亜紀さん（メーカー勤務・26歳）

How To ↓

任天堂DS家計簿ソフト＋給与を費目ごとに袋分けで貯めました!!

基本データ

将来の目標	期間
将来は自分の花屋を持ちたい	1年
貯金の目的	現在の貯蓄額
都内にひとり暮らし	約80万円

★勝因はズバリ!!

とにかく貯蓄先取り&3つの袋分け（外食費・服飾&美容費・その他）が重要。通勤途中、任天堂DSに使ったお金を入力したのもポイント。

これをゲット！

★挫折ポイントと脱却法!!

外食費は月2万円と決めていても、友だちに誘われると予算オーバーなのについ…。そこで、予算別袋分けをして、使っていい金額が目で見てわかるようにした。

＼先生からアドバイス!!／

Point1 DS家計簿＋袋分けで家計の管理はバッチリ。夢に向けて頑張って。

Point2 普通預金に残したお金は、ネット定期などで、効率的に増やして。

習慣でお金を使ってしまう無頓着派は…

月末[illegible]と家計の反省会を開いて、使い[illegible]をチェック!!

鈴木杏奈さん（アパレル勤務・24歳）

How To ↓

パソコンの家計簿ソフト＋貯蓄先取りで貯めました!!

基本データ

将来の目標	期間
いつかは住宅購入したい	1年半
貯金の目的	現在の貯蓄額
結婚式	ヒミツ

★勝因はズバリ!!

まず貯蓄3万円を先取り。パソコンに費目ごとの予算を打ち込んで、残高を確認しながらお金を使っていきます。

これをゲット！

★挫折ポイントと脱却法!!

どうしても欲しいコートやバッグを見つけたときは、持ち歩いていた結婚式場のパンフを見て乗り切った。また、急な出費用に毎月3万円を予備費として計上。

＼先生からアドバイス!!／

Point1 先取り貯蓄は、貯蓄力を付ける基本。理想は手取り額20%程度の先取り。

Point2 予備費の3万円を取り置くのは、良い習慣。赤字を防ぐコツにも。

あるだけ全部使っちゃう派…

誘惑に弱いので、お給料が出たらお母さんに渡して強制貯蓄

山野ゆかさん（メーカー勤務・24歳）

How To ↓

レシートまとめ＋1週間分の予算立てで貯めました!!

基本データ

将来の目標	期間
いつか結婚したい	1年半
貯金の目的	現在の貯蓄額
いつかある結婚式のため	約150万円

★勝因はズバリ!!

新しい通帳をつくり、毎月3万円をお母さんに渡して、その通帳に貯蓄。おこづかい帳&1週間の予算立てで、お金の流れを把握。

これをゲット！

★挫折ポイントと脱却法!!

自分で引き出せるとどにかく使ってしまうのでお母さんに渡すのは正解でした。1日1行書き込みおこづかい帳をつけ、「予算」を越えないようにするだけなので簡単でした。

＼先生からアドバイス!!／

Point1 ノートにメモを残すなど、記入漏れを防ぐ方法を見つけたのが○。

Point2 カードは定期的にネットで確認すると、支払額が確実につかめます。

お金の管理みんなの技

COLUMN 2

ステディ.読者のお金を貯めるちょっとした工夫を一挙に公開します!!

買い物はすべてカードを使用し、明細で金額を確認。1カ月に2万円を超えたらもう使わないように気をつけています。

伊藤花のこさん（マスコミ勤務・23歳）

1週間に3万円ずつ引き出してそれ以上使わない！

栗原美奈子さん（医療関連勤務・25歳）

とにかく貯蓄用として口座に入れたら絶対に手をつけないようにしています。定期預金にしているので、解約しづらくてgoodです！

阿部美鈴さん（教育関連勤務・27歳）

買いたいものを1週間考えてから買います。

岡部紗也香さん（サービス業・27歳）

1カ月の必要経費を書き出して、まずお金を選りわけてしまう。残りをおこづかいとして、堂々と使っています♥

久山千佳さん（書店勤務・26歳）

STEP4

ピンチのときの強い味方!!

みんなの節約・グッドアイディア賞

みんなの節約アイディアを一挙公開！実際に読者が行なっている利用度の高い節約術ランキングから、グッドアイディアの節約ワザまで、ぜ〜んぶ真似すればあなたも節約名人!!

最多の節約術 1位 #01 1つのポイントカードを集中使い

普段現金はほとんど使いません。クレジットカードで払ってポイントゲットしたいから！今は楽天カードに利用集中してポイントをゲット中。貯まったら「楽天市場」でジェルネイル用のラメを大人買いしてます。

＼オススメです!!／

推薦者 水野友貴さん（マスコミ勤務・26歳）

最近「楽天トラベル」で旅行手配をし、それ以来楽天カードを愛用。メルマガなどからのポイントもこまめにゲットしている。

＼これで／ ¥1,200 節約!!

ネットでコスメは当たり前？ 2位 #02 ブランドコスメは激安サイトを利用

ネットでたいていの買い物を済ませます。お米やビールもネットショップなら安いし玄関まで届くし。しかもポイントも貯まります。それにコスメの激安サイトではパッケージ不良の商品が80%OFFで買えたりかなりお得!!!

＼オススメです!!／

推薦者 野津礼奈さん（会社受付・24歳）

コスメは店頭だと20〜30%OFFがせいぜい。ネットで"わけあり"物をみつけたらすかさずゲット！

＼これで／ ¥2,500 節約!!

100円ショップが進化 3位 #03 100円生鮮コンビニで食費を浮かす！

食費を週5000円と決めて、がんばっています。助かるのが近所の100円生鮮コンビニ『ローソンストア100』。生鮮食品やお惣菜などが充実していて愛用しています。おやつにやきいももオススメ!!

＼オススメです!!／

推薦者 國行温子さん（会社受付・24歳）

- VL（バリューライン）は、ローソングループのプライベートブランドです。
- パッケージが変わる可能性があります。
- 店舗によって取り扱いがない商品もあります

100円生鮮コンビニのVL冷凍えびピラフ。これにVLのサラダで200円（税込210円）の夕食！ おいしくて安くて手間いらず！

＼これで／ ¥1,300 節約!!

金券ショップ賞 #04 金券ショップでマックの割引券ゲット！

映画の前売チケットや遊園地の1dayパスは勿論、マックカードも安く買えるので、バリューセットが更にお得に食べれちゃいます。

熊谷麻紀子さん（メーカー勤務・29歳）

＼これで／ ¥500 節約!!

レンタルでビューティUP賞 #05 レンタル&リースでムダなものは買わない！

使わなくなったダイエット器具がゴロゴロ。今の部屋は収納がないので、ロデオボーイ3を1ヶ月の期間限定でレンタルで利用しています。実は補正下着も！

脇田愛子さん（メーカー勤務・25歳）

＼これで／ ¥26,500 節約!!

ランチ代節約賞 #06 スタンプカードを貯めて、ランチ代無料

ランチは2軒の同じ店をぐるぐる回って、毎回スタンプをもらいます。10個で1回タダなので、大体月に2回はランチ代無料で済みます。おいしいし、お得だし、満足。

河内ももこさん（アパレル勤務・27歳）

＼これで／ ¥2,000 節約!!

ひとり暮らし節約賞 #07 狭い部屋にはもううんざり！ルームシェアで快適に

どうしてもワンルームが嫌だったのですが家賃が…。なのでルームシェアしています。自分の部屋以外に共有部分があるので、気分転換もバッチリできてしかも家賃は変わらず！

榊原理海子さん（マスコミ勤務・27歳）

＼これで／ ¥50,000 節約!!

ファッションアイテム節約賞 #08 激安ショップ&ネットのサイトでお得買い！

「らこっと」という洋服の激安ショップを利用。タートルやキャミが525円で買えて、タイミングがいいと可愛いワンピも。トレンドアイテムはネットショップ「Honeys」で。

林有里佳さん（食料品店勤務・27歳）

＼これで／ ¥10,000 節約!!

ベランダ菜園賞 #09 ベランダ菜園で食料品代節約

友だちがベランダで野菜を栽培。楽しそうだったので、真似してプチトマトを作ってみたら、1苗で10個くらいなって、結構おいしかったです。ストレス解消にもなって一石二鳥。

荒川香澄さん（教育関連勤務・25歳）

＼これで／ ¥300 節約!!

おこづかいUP賞 #10 暇な時間にネットでおこづかい稼ぎ

残業が減り、なぜか飲み会も減って、家に帰ることが多くなったので、ネットのアンケートサイトに毎日回答。ポイントを貯めて、この間、500円の現金と交換しました。

野中優子さん（保険会社勤務・27歳）

＼これで／ ¥500 ゲット!!

交通費節約賞 #11 深夜バス利用で、交通費2/3カット！

学生時代から東北地方の実家には深夜バスを利用して帰っています。新幹線の3分の1の料金だし、帰りも実家でごはんを食べてから、ゆっくりバスに乗れるので効率的。

平田桃子さん（マスコミ勤務・26歳）

＼これで／ ¥10,000 節約!!

デパート商品券賞 #12 高島屋ゴールドカードのポイントで商品券ゲット

駅前の高島屋で、デパ地下やお気に入りのショップに行ったり、集中利用。先月ついにポイントを貯めて商品券をもらいました。ワンピースを3,000円引きでゲット。

新井紘子さん（会社受付・25歳）

＼これで／ ¥3,000 節約!!

＼steady.ちゃんもできそう！／

きっと100万円貯められる！

ステップ方式で学んだ100万円への道。読んで書いたら次は実践♥なるべく早く実践することをオススメします!

Check4

できそうな節約術を選んで記入！

みんなのアイデアのなかで今すぐ実行できそうなものをチェック!!

NO.	
NO.	
NO.	

今回の先生からメッセージ

今まで貯蓄できなかったあなたもコレで大丈夫♥ あとは実践あるのみです。

ダイエットと同じく、無理なく長続きが成功の秘訣です！

＼無理せずコツコツと！／

突然100万円貯めようと思っても難しいもの。ダイエットと同じで、無理のない金額で地道に貯め続けることが成功の鍵。たまに自分へご褒美をあげることも長続きのコツです！

節約アドバイザー、FP 丸山晴美先生

歯をくいしばってがんばってはダメ。できることからはじめましょう！

＼みんなやればできる！／

貯蓄は我慢してやろうと思っても、長続きしません。楽しく、気軽にできなければ、どこかで破たんします。自分なりの方法で、マイペースでがんばって！

ファイナンシャル・プランナー 畠中雅子さん

vimee.net 蝴蝶网 hudie.com

小悪魔作家の直伝コントロール術

蝶々のオヤジを制す者は上司を制す

小悪魔ブームの火付け役である蝶々さんが、職場にたくさんいる「上司」こと「オヤジ」を手のひらで上手に転がすテクニックをsteady.読者に伝授! 上司とのコミュニケーションに悩んでいるお仕事ガールは必見です!!

文／蝶々　イラスト／Nobby

蝶々
作家・エッセイスト

OL兼銀座ホステス時代のブログ『銀座小悪魔日記』が話題をよびデビュー。『小悪魔な女になる方法』が35万部を超える大ベストセラーに。『原色3人女』、『銀座クラブは女の大学』(ともに小学館)、新刊『恋の神さまBOOK』(集英社)も好評発売中!

電子機器って、毎日使ってると人間の調律を狂わせちゃう

ステディ.読者のみなさん、こんにちは! なんだか、この冬寒いよね～(笑)。テレビつけてもネット立ち上げても、木枯らしニュースばっかりでイヤ!

蝶々&師匠(神官のおじい♥)は、公的資金導入で、国が、日雇いでもなんでもいいから〈働ける場所と機会〉を、増やしてくれたらいいな～って話してる。若い女の子たちも、『仕事がない、お金がない、いい男もいない!』とか鬱々として、ひきこもってパソコンばかりしてるくらいなら、思いきって、九州や離島などの地方に移住して、農業などの自然や観光がらみのアルバイトしてみるなんて、どお?

——というのも、最近本当に確信してきたんだけど。テレビゲームやパソコン、携帯などの電子機器って、あんまり長時間、毎日使ってると、人間の調律を狂わせるね、絶対。

だって、2、3日使わないで、山や温泉で過ごしてるだけで、心身ともども絶好調になるもん☆ お金なんてなくても、彼と好きな小説と、温泉卵が買えればしあわせ♥みたいな。

そういう、素朴で原始で、でも当たり前の〈人間っぽい営みやサイクル〉を、電子ツールは奪ったり侵しがち。

だから、なんとなく心身の具合が悪くなったり、なんとなく悪いニュースや不安ばっかり増大しちゃう子は、パソコンやテレビ断食してみるのもいいよ。で、ステディ.や本を読んだほうが、健やか綺麗になれると思うわ。

"実力はないけどエゴは大"な人ほどメールやネット好きが多い

で、今月のオヤジも……スッカリやられちゃってますね(笑)。

この〈面と向かってはおとなしいのに、メールでは、とっても雄弁野郎〉に関しては、すんごいわかる! 蝶々もチョー言いたいことある!!

ほんと、この数年で日本中に増えてる気がするんだけど……とにかく、マメな携帯メールで、朝昼晩口説いてきたり(自分の仕事してるのか?)、メールでくどくど熱く語りいれてくるやつ……ほど、実際会うと、きょどってる(笑)。プライベートでもお仕事関係でも同じです。

お話になりません。

でも、そんな"小さな人""実力はないけど、エゴや自己顕示欲は大"な人ほど、メールやネットが大好きなのよ。身を隠した状態で、〈本音出しやクレームづけ〉ができるからね。

自分でもじつは自覚している、なんらかの後ろめたさや自信のなさ、があるから、目を見て話せないんですよ。

——なので、長年の経験から、蝶々は〈顔を見せない、面と向かって話せない人の言うことは、相手にしない〉と決めています☆ これ、間違いないので、賢明なステディ.読者のみなさんは、覚えておいてね。

同じ職場の上司なら、メールより直接詫びたほうが絶対いい!

しかし、そんな上司にぶち当たってしまったミミさん……ゾッとするよね。陰険さがキモい。

蝶々なら、その陰険忠告メールを、速攻プリント・アウトして♪ 赤ペンか蛍光マーカーで線をひく。そして『あの、この件なんですけど～、すみませんでした。次回気をつけたいので、口頭でご説明いただきたいですぅ』とか、本人につきつけるね。(おまえ、自分の恥ずかしい行為をちゃんと見ろ、大事なことは口で言え)って気持ちでね。まあ、逃げると思うけど。

わたしは新人OLちゃんなのでっ、そこまで肝が据わってません～というのなら『すみませんでした』と相手が気のすむように謝るしかないよね。でも、同じ職場で働く上司なのだから、メールより直接詫びたほうがいいと思う。

それでも、十分、相手への反撃&抑止力にはなるはず。メールオヤジが嫌なのは、直接コミュニケーションだからさ♥

だから、陰険なメールがくるたびに、席を立って、肩を叩いて、〈ごめんなさい!〉と反省モードで言ってあげましょう。心臓バクバクのはず(笑)。

しかし、こんな電子病みたいな人、これからもますます増えていくんだろうね……。

でも、そういう時代だからこそ〈何が真実で、何が自分をハッピーにするか!〉をちゃんとわかってる人は、時代がどうなろうとも、元気でピカピカ輝いていけるのよ。そういう人は、そういう仲間をちゃんとわかるしね。蝶々もすぐわかるもん♥

上司のココがイヤだ!

メールオヤジ

- 年齢　56歳
- 職種　IT関連
- 地位　課長
- 家族構成　妻、娘1人

相談者
ミミさん(27歳・入社4年目)

IT系の会社ですけど……
私の会社はIT系。社員はみんな一応ひととおりのパソコン操作はできるけど……。メールオヤジはちょっと異常。何でもかんでもすべてメールで送ってくるんです!!

叱責も直接言わずにすべてメール!
ある日、メールオヤジと一緒に取引先との打ち合わせに出席。移動中は、それなりに当たり障りのない会話をしていました。ところが、会社に着いてメールを開くなり唖然! 打ち合わせでの私の態度への叱責がびっしり書かれたメールが送られてきていたんです!

メールのみってやっぱり不自然……
もちろん、全部読んですぐに謝罪のメールを返信しましたが、直接には一言も言わないで、メールでだけ怒ってくるなんて不自然すぎます! その後、会話ではその件について一切触れられないまま。同僚と私語をしてると、直接は言わずにその後「私語は慎むように」という件名のメールを部全員に回してきたり……。普通に怒られるほうがまだマシ!

【格言】
[illegible]メール
オヤジには、面と向かって
コミュニケーションを

蝴蝶网
慧美网 vimee.net

教えて!
お金のコト

ステディ.読者の間でも今、秘かにブームなのが懸賞。「当たるかどうかは運でしょ
という人。そんなことはありません。懸賞を“狙う”ウラワザをご紹介します。

文／酒井富士子　イラスト／Nobby

今月の相談者

木村由紀さん（仮）
（24歳・メーカー勤務）

入社2年目。現在趣味がない由紀さん。最近では、仕事にも慣れて平日の時間をもてあまし気味。自宅でちょっとした時間でできて、しかも楽しくてお得になるコトを探している。

欲しいものを懸賞で当ててみたい!

平日の夜の時間をもてあましています。最近残業禁止令が出たので、余計にヒマになっちゃって。スクールや習い事も考えたのですが、今そんな余裕ないし…。この間友達が懸賞で当てたレアグッズをオークションで高値落札されたと聞いて、懸賞にスゴク興味を持ちました。懸賞って、どうやって始めるの? コツとかありますか?

今月の先生 ›››› 長場典子先生

Profile

通称ガバちゃん。マンションの頭金を懸賞でゲットしたエピソードは有名。現在は懸賞ライターとして各種媒体で活躍中。惜しげもなく披露する最新の懸賞攻略法はOLとしては要チェック!

応募者数の少ない懸賞が狙い目。オススメは「はがき応募」です!

懸賞なんて運だけと思っている人も多いと思いますが、実はやり方次第で当選を引き寄せることができるのです。「オススメははがきでの応募」とガバちゃん。「ネットに比べて手間がかかる分、応募者が少ない。また、今はカラーペンなどで装飾するデコハガキが流行っているので、逆に目立たない、2色程度の色を使ったシンプルなはがきが好まれます」。商品や企画の感想も忘れずに記入を。

懸賞には、誰でも応募可能なオープン懸賞と、モノを購入して応募券などを貼るクローズド懸賞が。「スーパーのレジ周辺にはクローズド懸賞用の専用はがきがズラリ。特にスーパーがメーカーとコラボで実施しているクローズド懸賞は、来店者に限られる分狙い目」。応募者が少なそうな穴場懸賞を探すのもポイントです。

ミントンティーカップ。セブンイレブン店舗懸賞にて。

ル・クルーゼの鍋。花王ソフ
ーナバーコード応募懸賞にて

MIKIMOTO キ
アクセサリー。
誌アンケートに

プラチナダイヤ入りペンダント（約100万円）。雑誌懸賞にて。

純金バー100ｇ。ＴＶ番組や
うまプラス懸賞にて。

ガバちゃん3つのテクニック

Technique 1
はがきの書き方に細心の注意を

懸賞応募で避けたいのが、記入漏れやケアレスミス。懸賞応募のバーコードが切れていたり、必要シール数が足りないなどはNG。住所でも、郵便番号や都道府県の書き漏れは論外。もちろん、コメントは必ず書いて！

Technique 2
ケーマーブログサイトをチェック

懸賞をする人、通称・ケーマーのブログは時間のないOLさんや初心者さんは要チェック。体験による最新情報が満載で、そこに集まった人のコメントも懸賞選びの参考になります。「ワタシ、○○○が当たりました!」など、リアルタイムの情報が満載です。

Technique 3
ネット応募はメルマガ経由で

大手食品や消費財メーカーは商品数が多く懸賞も常時実施しています。そのため、自社ＨＰに懸賞専用ＨＰを設けている場合も。そうしたサイトの会員になるとメルマガが配信されます。読まずに捨ててしまう人もいますが、ちょっと待って! よく読むと、メルマガ会員専用懸賞がある場合も。ライバルが少ないので、コメント入りで即応募を!

懸賞のスタートはここから!!　ケーマーブログ懸賞サイトへGO!

懸賞のつぼ	http://www.tubox.com/	日本最大級の懸賞情報サイト。懸賞情報数は常時数千件。メールマガジンもあり、会員数は75万人。
yahoo!懸賞	http://present.yahoo.co.jp/	大手企業の懸賞が多数ある。懸賞メモで応募したものを記録できるので、大量応募しても管理しやすい。
懸賞天晴	http://www.appare.com/	キーワード検索のほか、もれなく、先着、大量当選、当選予想確率20%など検索機能が充実している。
懸賞なび	http://www.sho-toru.jp/top/top.html	懸賞なびモバイル（懸賞GET'S）は月額200円（パケット代別）で雑誌に掲載している懸賞情報がゲットできるなどスゴイ機能も。

自社の懸賞・プレゼント情報を掲載している企業HP

サントリー	http://www.suntory.co.jp/enjoy/campaign/	お酒、ジュースはもちろん、サントリー美術館のチケットなども! メルマガ限定懸賞も。
キリンビール	http://www.kirin.co.jp/about/toku/presents/	ホームページ限定プレゼントあり！クイズ全問正解者の中から抽選でプレゼントなど。
味の素	http://present.ajinomoto.co.jp/	登録しなくても応募できるプレゼントも。でも登録してメルマガをもらうのが便利。
カネボウ	http://www.kanebo-cosmetics.co.jp/campaign/	サンプルだけでなく、現品プレゼントも実施しているのが魅力!!
P&G	http://jp.pg.com/kurashi/index.htm	SK-2、ウィスパー、パンテーンなどP&Gブランド全ての情報が!
明治製菓	http://www.meiji.co.jp/campaign/index.html	明治製菓でなければ手に入らないものばかり。要チェック! 懸賞も多し。

steady.読者の体験談　私たちはコレで懸賞当たりました!

大塚香[illegible]さん
（メーカー勤務・2[illegible]歳）

月に20通くらいはがきで応募。丁寧な文字が当選率UPのポイント!

ワンピや靴、自転車、お米、お肉…も当たってます。月に20通くらいはがきで応募。TVを見ながらなど気楽にするのも続けるコツ。

西村 緑さん
（医療関係勤務・29歳）

ファンレターのつもりで心をこめてコメントを書きます

現金1万円、ヴィトンポーチ、ル・クルーゼのお鍋などGET。ファンレターのつもりで心をこめたコメントを書くと当たります♥

荒川香澄さん
（教育関連勤務・25歳）

男性向けの雑誌などへ、締切1週間以上前に出すのが当たるコツ

フリーペーパーや雑誌、コンビニ懸賞に応募。今までに、ビールや化粧品をゲット。締切１週間以上前に応募するのも当たるコツです！

懸賞テク＋αアドバイス

Advise 1
セレブ誌や男性誌を狙え

懸賞を狙うならライバルが少なそうな穴場を選ぶのがコツ。その代表が、懸賞の応募者が少ないと思われるセレブ誌や男性誌。特に男性誌ははがき募集になると、応募者がぐっと減る模様。募集期間の短い週刊誌やラジオ、夕刊紙などのはがき懸賞もコマメに出すべし。

Advise 2
時間を決めて習慣化すると長続きする

懸賞に応募しようしようと思っているうちに、募集期間が過ぎてしまった、ということも多いのでは? せっかくの一攫千金のチャンスを逃さないためには、懸賞応募を習慣化することが大事。夕食を食べた後30分とか、会社での昼休み15分とか時間を決めると長続きします。

steady.読者のコミュニケーション・スペース

サロン de steady.

ナビゲーターは美肌一族ですわ。

美肌紗羅／©L・GP・B

コメンテーター

美肌紗羅

咲の双子の妹。咲が駆け落ちするまで、美肌界の頂点に君臨。華やかで明るい性格。ピアノなど芸術に天才的な才能を発揮する一面も。

祐天寺 咲

美肌の名門・美肌家の長女。運命の人、祐天寺龍哉と出会い、美肌家を捨て駆け落ちの末結婚。どこか世間知らずのお嬢様。

美肌ルミ子

美肌家第十五代当主にして、咲と紗羅の母。2人が美肌界にデビューするまで25年間WBC（ワールド・ビハダ・チャレンジ）で優勝。

OLリーダーズサミット

1月の事件簿

テーマ

思わずやっちゃった知ったか体験談！

おばあちゃん、デマを流す

おばあちゃんが「アナログ放送は2009年まで」と、みんなに言いふらし、まわりのおばあちゃん友達はみんなテレビを買い替えた。

（真梨子・公務員）

影響力のあるおばあ様なんですわね

パパも流行についていきたいんです！

草食系男子というのはベジタリアンだと思っていて、「肉や魚も食べた方がいいな」と父が一言、言っておりました。

（衣季・自営業）

お父様は雑食系男子かしら

関東では有名ですが……

友達と一緒に東京に旅行にいったときのこと。彼女は「私、オイオイに行きたいんだけど」。マルイの看板が読めませんでした。

（佳菜子・公務員）

トレンカ

トレンカというものを知らなくてみんなが言ってるのが分からなくてでも話をあわせて知ってるふりをした。あとから慌てて調べました。

（小雪・学生）

急に流行るアイテムは難しいですわね

トレンカ・2

旦那は、クイズ番組を見て、トレンカのことを、トレイン&レンタカーの略だと自信満々に言いはなった。

（景子・営業職）

レギンス

レギンスが流行り始めた頃ずっと「レンギス」と言ってるコがいて、新しいアイテムかと思ってたら、一緒に買い物に行ったときにレギンスを指したのでビックリした。

（由香・公務員）

アンガールズでもOK！

アンガールズがまだ流行りたての頃。職場のみんなが「もう寂しすぎてアンガールズでも全然OKやわ」って言っていたので「私も私も！」って話をあわせていたのですが、その後、テレビでアンガールズを見てびっくり！ みんながそこまで彼氏に困っていたとは。

（亜由美・サービス業）

田中さんよりは山根さんがよくてよ

ハロー！

暴風波浪注意報を暴風HELLO注意報だと、信じこんでいた。「暴風やってきたね‼ ハロー」と暴風に陽気にこんにちはしてるわりに注意かよ…と内心ツッコんでいたが、ツッコむべきは自分自身でした。

（奈奈・サービス業）

電話線の中を紙が……

今年4月に入社してきた20歳のコ。「FAXって、東京まで2～3日かかるんですよねぇ。住所も書いてないのに届くなんてスゴいですよねぇ‼」と自慢気に言ってきた！ いったい彼女は何時代から来たんだろう。

（幸代・事務）

オバマ or デップ

外国の首脳の名前を言われたときに、有名な俳優かと思って、「すごくかっこいいよね」と言ってしまった。常識のなさが露呈してしまって反省しました。

（綾子・学生）

偉人とは言えないかも……

小昔の話。千円札の野口英世を思い出せず、「誰だっけ？」と友人と話していたが、「野口五郎だって！」と豪語した私。そりゃないって！

（恵理子・技術職）

オショクジケン？

ちょっと、知的に見せたく、気になる男性と政治の話をしていた際、政治家の汚職事件を、お食事券と間違えていたことに気付いた。

（素子・技術職）

「美肌一族」DVD-BOX 発売中!

©L・GP・B

美肌一族とは／世界30億人の女性の憧れ「美肌世界大会（WBC）に300年間勝ち続けている伝説の一族。当サロンの名誉コメンテーターとして双子の姉妹・紗羅と咲、そして母ルミ子が登場してくれることとなりました。現在、携帯サイト・girlswalker.comでストーリー小説を掲載中。

美肌紗羅の怒涛の半生を描いたアニメ「美肌一族」。DVD-BOX初回限定版には中村優一（D-BOYS）さん、狩野英孝さんのアフレコ&インタビュー映像を収録した特典ディスクやわがままbodyスポンジが付いてくる！ 詳しくはwww.bihada.tvをチェックしてね。

steady. 大喜利選手権

今月のお題

頑張った自分にほしいご褒美

金賞 一年頑張った私を是非「情熱大陸」で！ 普通のOLですが（梨絵・事務職）

選 平凡な日々も素敵に見えるように！

銀賞 不況のご時勢です 切実に安定した職（加奈子・事務職）

選 願わずにはいられません

銅賞 EXILEの所属事務所の名誉会長職をください（ちえみ・公務員）

選 プライベートライブも可能に！

シミやシワなど知らなかった10年前の私のハリのある肌（友季・自営業）

選 失ったものは美しく思えるのです

香水瓶入りの大量のフェロモン 合コンの前に、一吹きシュッ！（愛・営業職）

選 人生一度ぐらいモテてみたい！

憧レディのお仕事拝見！

steady.は働く女のコたちを応援します！
お仕事に自信を持って頑張ってる
女のコって素敵ですよね☆

撮影／関戸聡子

目指すは…
いつも輝いている女性

Rie Hirashima

今月の憧レディは…

平島 利恵さん（27歳）

パンネーションズ コンサルティング グループ コンサルタント

大学卒業後、国内旅行情報誌での営業や広告営業、リサーチ会社への転職を経て現在の会社に就職。人材育成のための研修プログラムなどを提供する会社で、企業へのコンサルティングをしています。

〝人〟の輝きを生み出すお手伝いをしています

コンサルティングやコンサルタントというと難しかったり堅苦しく感じるかもしれませんが、私達の仕事は、企業をよりよい会社にすること。特に、私の会社は〝人材〟についてのコンサルティングを行う会社なので、もっと言えばそこで働く人達をより素敵にするためのお手伝いをすることなんです。具体的には、独自の研修プログラムを組み数日間に渡って実施したり、短いものだと1日のセミナーを運営したりもします。もちろん、契約をいただく前には自ら企業に私達のプログラムの案内にも行きます。口で説明するだけでは理解いただけない部分もあるので、研修の一部を実際に体験いただいたりと、何度も足を運びます。企画書を作っていたらお昼を食べるのを忘れてたとか、仕事に没頭してしまうこともしばしば…。ハードな部分もありますが、プログラム終了後、「自分が変わった！」と感動いっぱいにお話してくれる方を目にした時なんかはほんとにやって良かったと思います。

新卒以来、自分には何ができるのだろうと模索して転職もしました。そんな中で感じたのは、自分が好きなのは、相手がやっと自分の魅力を引き出せるようになるために、一緒になって考えることだということ。それが専門の自分の仕事になった今、とても充実しています。人の輝きや成功の道筋を、これからも支えていきたいですね。

1日のスケジュール

08:00 出社
会社の始業は8時45分ですが、余裕をもって30分前には出社するようにしています。

08:45 社員全員で掃除
朝の15分間は社員のみんなで掃除をします。社長も7時には活動してるくらい早起き（笑）。

10:00 お客様来社
弊社の研修プロフラムを採用してくださった企業に、研修の流れをデモンストレーション。

13:00 メール、食事
お客様が帰られたらすぐにお礼のメール。食事は外で食べる時も、5分で済ますことも。

13:30 外回り
新規の企業に出向いたり、契約のある企業と打ち合わせしたりと1日３件は外を回ります。

18:00 帰社
戻ったらすぐにまたお礼のメールや企画書の作成。お腹が減ってきたら切り上げます。

夜は19時ごろに切り上げて、家に帰って自炊するという平島さん。食後、残りの資料作成などを家でするそう。

蝴蝶网 hudie.com

お仕事風景

➡仕事の必需品は、ノート、携帯、研修プログラムのパンフレット。ノートPCも持ち歩いてます。

⬅契約の決まった企業に、ホワイトボードを使い研修プログラムの流れを丁寧に説明する平島さん。

お仕事グッズ見せて！

1 ノートPCもカバンにinです 2 社内PCとデータを同期できるEモバイル 3 USBはデータの転送やバックアップ用 4 リップ 5 名刺入れは丸ビルのお店で 6 手帳は地下鉄マップ付き☆ 7 丈夫なところがお気に入りのペンケース 8 ipodタッチは写真や動画を手軽にお客様に見せられるので便利 9 私用と仕事用の2つの携帯 10 ノートは手元に置いてメモしたり図を書いたり 11 研修のパンフレット

大募集

当サロンではこんなテーマを募集しています。
ご応募お待ちしております。

あなたのマイブーム

ビューティ、ファッション 私のご自慢グッズ

宛 先

MAIL
st@takarajimasha.co.jp

FAX
☎03-3239-4152

郵便
〒102-8388
東京都千代田区一番町25番地
宝島社steady.編集部
「サロン」係

注意事項
※ 住所、氏名（ペンネーム）、電話番号などもお忘れなく。
※ メールでの投稿の際には、文字化け防止のため絵文字はご使用にならないようお願い致します。
※ 応募されました内容は一定期間保存した後、破棄致します。
※ お送りいただいた個人情報は、本目的以外に使用することはございません。
※ steady.特派員応募希望の方は、全身、顔の２枚の写真を添付の上、P.161の応募用紙を送ってください。

次号のsteady.は1月7日発売です

steady.特派員の1月の報告

今月も全国の特派員がビューティ班とファッション班に分かれて最新トレンドネタをレポート！ これを読めば、口コミならではのリアルな流行がわかっちゃいます☆

最近買ったもの見せて！

特派員 埼玉県
福嶋久実さん／メーカー勤務
サーフィンやゴルフ、ピアノを趣味でしています。最近新たに着付けも習い始めました！

パンダと万里の頂上が見たくて、北京へ行ってきました！ 北京動物園のパンダはすごい数でした。群れて笹を食べる姿が可愛くて、大興奮。思わず、友達と自分へのお土産にパンダグッズを買いあさってしまいました。

特派員 千葉県
野上奈々さん／サービス業
独学で英語の勉強をしていましたが、10月から学校に通い始めました。翻訳家になるのが夢！

レトロなあずき色×スタッズに一目惚れして購入♪ 見た目よりも広げると大きくて、羽織るとアウターがいらないと思うほど暖かいです。あずき色が、意外と服を選ばずに何にでもあうことも大発見！ 今年の冬は大活躍間違いなしです。

ファッション班

お気に入りのルームウェア&アロマでリラックス

特派員 神奈川県
小松寛子／セラピスト

おうちでのリラックスタイムに、可愛いルームウェアは欠かせません。最近のお気に入りはジェラート ピケのもの。モコモコでふわふわの見た目もキュートだし、肌触りも抜群です。一緒にアロマを香らせるのがマイブーム♪

ビューティ班

冬の強い味方、万能リップバーム見つけました！

特派員 北海道
中嶋敦子さん／不動産会社勤務

最近見つけて大ヒットだったのが、ギャルコレクションのリップバーム。ベタつかないし、唇がふっくらしてお気に入りです。私は、顔や手などカサつきが気になるところにも塗っていますが、ベースメイクにも使えるそう！ 万能なリップバームなんです。

今月のAorB → 彼氏からのプレゼントは？

— お題 — A.一緒に買いに行く／B.サプライズ

A派の意見

「アクセサリーなど、ずっと身に付けるものは、気に入った物を買ってほしいから」（メーカー）、「サプライズもうれしいけど、もらっても使えないと困る」（金融）、「一緒に見に行ってキャッキャするのが楽しい」（保育士）、「男子のチョイスのセンスがよくないから」（医療関連）、「相手も悩まなくていいし、こちらもほしい物をもらえる」（商社）

B派の意見

「値段を知りたくない」（教育）、「自分のために買いに行ってくれたことを思うとうれしい」（メーカー）、「驚きとうれしさの両方を味わえるから、喜びも2倍に！」（保険）、「一緒に買いに行っても、遠慮しちゃって好きな物を選べない」（マスコミ）、「何をもらえるか楽しみ」（メーカー）、「いつも一緒に買いに行くのでサプライズがいい」（学生）

プレゼントはサプライズでほしいという声が過半数です！ みんな彼氏のセンスを信じているんですね★ サプライズの方がうれしさが増すみたい。

月のイチオシ！

steady.スタッフが本気のイチオシを紹介しちゃいます♥ イラスト／Nobby

今月はエディター編

¥17,325／サマンサベガ 掲載はP.82

すのっち♪

人気のサマンサ。なかでも注目は、やはりsteady.別注カラーのこのバッグでしょう♥ ガーリーピンクで女の子度アップ確実です。

（左）¥2,625（右）¥5,250／ともにルナソル（カネボウ化粧品） 掲載はP.65

ナンシー

見た目よりも薄づきで、ナチュラルなのに華やかな雰囲気になるんです。この2つで、みっこみたいなキラキラおめめに?!

●お問い合わせ方法

1.欲しい商品のメーカー名をご確認ください〈品名¥0,000／ブランド名（メーカー名）の場合は（）内の名前〉。
2.メーカー名を下のリストから検索し、電話番号をチェックしてください。
3.「steady.1月号○ページの商品について伺います」と電話し、近くのお店を教えてもらいましょう。サイズ、色等も忘れずに確認。
4.近くにショップがない場合は通販があるか確認の上ご購入ください。

ウシシャ ☎03-3474-6803
ゥ・ラ・メール ☎03-5251-3541
ゥーランドット ☎06-6442-4060
クター・ショール フットケア相談室 ☎03-5466-2330
ピックラックス新宿店 ☎03-3349-5648
ラスティック ☎03-5773-1060
リンプ・インターナショナル・ジャパン 0120-104-256
ン トレ 新宿店 ☎03-5363-7038

チュラルビューティーベーシック ☎03-5467-1857
ッセン 0120-20-2000
本ケロッグ お客様相談室 ☎0120-500209
本コカ・コーラお客様相談室 0120-308509
ウティー ☎03-3793-5113
ーリーズ銀座本店 ☎03-3564-1781
ンサンス代官山店 ☎03-3462-5430

イオレットハンガー マルイシティ渋谷店 ☎03-3462-1855
イソン お客様相談室 ☎06-6963-6351
サージュ ミニョン ☎03-5117-2711
ッシュアッシュ ☎03-5117-2711
ッションニューヨーク ディヴィジョン 0120-501-150
ートダンス 0120-298-707
ニーズ 0120-977450
ニーバンチ 名鉄百貨店本店ヤング館 ☎052-585-7163
ーリッシィ（アンビデックス） ☎03-5790-8621
ルファム ジバンシイ ☎03-3264-3941
ルファン・クリスチャン・ディオール ☎03-3239-0618
ンソー 表参道店 ☎03-3405-0391
ーアンエンジェル ☎03-5117-2711
.Cラボラトリーズ ☎03-5462-1762
ー・エックス（エンハンスメント／ディグレース／ミス オブ ディグレース） ☎-5469-6420
ーチ・ジョン 0120-066-107
ットマン プレスルーム ☎03-3481-5966
く・サーカス プライヴ リラクシング（モード・エ・ジャコモプレスルーム） ☎03-3470-6512
く・サーカス（モード・エ・ジャコモプレスルーム） ☎03-5464-1775
くユー ☎03-5467-1884
弥呼 ☎03-3486-7671
ームス タイム ☎03-3780-5501
コタ 0120-311-903
ンカール 0120-282-337
ンク アドベ ☎03-5117-2711
ァイブフォックス カスタマーサービス 0120-114-563
ァンケル 0120-750-210
ィン ☎03-5790-6862
ェンディ ジャパン ☎03-5414-6762
勁 ☎03-6418-1411
和 ☎059-226-7336
ピ エ ミミ ☎03-5456-7231
ラウニー ビー ☎03-5456-9152
ラザ アトレ恵比寿店 ☎03-5475-8344
ラザ（プラザスタイル お客様相談室） ☎03-5413-6700
ラス ヴァンドーム 池袋西武本店 ☎03-3986-6968
ラスマイナスゼロ 青山本店 ☎03-5778-5380
ラッグ-ジェイ プレス ショールーム ☎03-5491-8461
ラッシュ＆ラッシュ 表参道ヒルズ店 ☎03-3475-8212
ーラフリーム（ジュンカスタマーセンター） 0120-298-133
ランドル（イネド、ヴィニー、エフデ、エロディ ネルソン、クリア インプレッショ セブンアイディーコンセプト、ル スーク） 0120-290-370
リーズ ショップ 渋谷店 ☎03-3409-0512
リーズ マート 自由が丘店 ☎03-3723-4551
ールサイド渋谷109店 ☎03-3477-5187
ンディ＆グロスター渋谷店 ☎03-3496-5747

フレームワーク BC SALON 渋谷店 ☎03-6418-0063
♥ プロポーションボディドレッシング ☎03-5467-9621
ブロンディ 渋谷店 ☎03-5464-2792
ベースステーション 原宿 ☎03-5778-0412
ベビーリボン ☎03-6418-4330
ベルメゾンコールセンター 0120-03-1000
ヘレナ ルビンスタイン ☎03-6911-8287
ベンズネック ☎044-935-3817
♥ ポイント（アンダーカレント、アバートバイローリーズ、インメルカート、グローバルワーク、ジーナシス、ヘザー、レプシィムローリーズファーム、ローリーズファーム） 0120-601-162
ボッシュ ☎03-5467-1861
ホットビート ☎03-5117-2711
ボーテ ド コーセー ☎03-3273-1940
ポール＆ジョー ボーテ 0120-766-996

マ

マイファッション http://my-fashion.jp/
マーキュリーデュオ ☎06-6245-3815
マーク ジェイコブス カスタマーセンター ☎03-4335-1711
マスミ プランタン銀座店 ☎03-3567-2077
マチェール 本店 ☎03-3498-1340
マックス ファクター ☎0120-021-325
マードゥレクス（エク ボーテ） 0120-36-1423
マリークワン コスメチックス ジャパン 0120-53-9610
マルイプレスルーム ☎03-3476-8000
マルニジャパン ☎03-6416-1024
マルハニチロ食品 0120-040826
三鈴商事 ☎03-3874-8216
ミスティック 原宿店 ☎03-5774-8116
♥ ミッシュ マッシュ 0120-298-707
ミニマム ☎03-5117-2711
ミミ＆ロジャー ☎03-5414-5322
ミュージアム フォー シップス ☎03-3496-0481
ミラリ ジャパン レイバン ☎03-5428-1030
無印良品 有楽町 ☎03-5208-8241
村井 お客様窓口 ☎03-3918-1005
メゾン ルージュ ☎03-5117-2711
明治製菓 0120-041-082
メイデン カンパニー ☎03-5410-8873
メニコンお客様センター 0120-103-109
♥ メルローズ ☎03-3464-3310
♥ メルローズ クレール ☎03-3464-3336
モーダ・クレア ☎03-3875-7050
♥ モード・エ・ジャコモ（プレスルーム） ☎03-5464-1775
森永乳業 お客さま相談室 0120-369-744

ヤ

UME USA 0120-466-378
ユースキン製薬 0120-22-1413
ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 品川店 ☎03-5791-5325
ユナイテッドアローズ 原宿本店 ウィメンズ館 スタイルフォーリビング ☎03-3479-8176
ユナイト ☎0466-55-1368
ユニクロ 0120-090-296
♥ ユニック バー ヴェールダンス ☎03-5467-4641
夢展望 ☎072-761-9339

ラ

ライオン お客様相談室 ☎03-3621-6677
♥ ライフ ドルチェ ラボ プランタン銀座 ☎03-6383-2717
ラ・グラン アクアガール青山 ☎03-5414-1260
ラブラボ お客様相談室 ☎03-5545-0829
ランゲージ 六本木ヒルズ店 ☎03-5771-7100
ランコム ☎03-6911-8151
リソウコーポレーション 0120-4843-50
リッジリン名古屋パルコ店 ☎052-253-7787
リボンハッカキッズ ☎03-3499-7600
リュー デ ベー ☎03-5360-2231
ルイ・ヌーベル原宿 ☎03-3409-6137
ルック ブティック事業部 ☎03-3794-9139
ルビーリベット 有楽町 ☎03-6738-3800
ルーニィ ☎03-3794-5566
レイ ビームス代官山 ☎03-5428-5953
♥ レスト ローズ ☎03-5456-1281
♥ レッセ・パッセ ☎03-5790-7203
♥ レナウン ☎03-5496-8507
ローズ バッド ☎03-3797-3290
ローズ バッド 新宿店 ☎03-5368-2767
♥ ロディスポット 0120-298-707
ロート製薬 お客様安心サポートデスク ☎06-6758-1230
ロートレアモン ☎03-5360-2231
♥ ロペ（ジュンカスタマーセンター） 0120-298-133
♥ ロペピクニック（ジュンカスタマーセンター） 0120-298-133
♥ ロペピクニックパサージュ（ジュンカスタマーセンター） 0120-298-133

ワ

♥ ワコール お客様センター 0120-307-056
ワシントン ルミネエスト新宿店 ☎03-3352-1621
♥ ワンアフターアナザー ナイスクラップ ☎03-6418-4640

【お詫びと訂正】

●steady.12月号P85「香里奈's リアル・クローズSCOOP！」にて内容に誤りがありました。「毎週変わる！　最後まで見逃せない！ ドラマのエンディングのコーデをチェック」というタイトルにつきまして、実際にはエンディングでのコーディネイトは 2話までの放送となり、3話以降同様の内容で放送されることはありません。

●steady.12月号「就活スタイル 成功ルール」に掲載した商品のクレジット内で、メーカー名に誤りがありました。
P104、こだわりの白シャツの下段の右
㊙ザ・スーツカンパニー新宿東口店→㊣ナチュラルビューティーベーシック
下段の中央
㊙ナチュラルビューティーベーシック→㊣ザ・スーツカンパニー新宿東口店です。

関係者ならびに読者の皆様に多大なご迷惑をお掛け致しましたことを、心よりお詫び申し上げます。

携帯・パソコンで掲載商品をショッピング！

♥印のブランドやショップの今月掲載商品についての情報（取り扱いショップ、サイズなど）がiモード、Yahoo!ケータイ、ez webからファッションサイト「マガシーク」で検索できます。一部の商品は、購入することも可能です。

■iモードからのアクセス
http://imode.magaseek.com
■Yahoo!ケータイからのアクセス
http://v.magaseek.com
■ez webからのアクセス
http://au.magaseek.com
■パソコンからのアクセス
http://www.magaseek.com

※携帯電話には、一部対応外の機種があります。
お問合せ先：info@magaseek.com
受付時間：平日9:30～17:00
運営：マガシーク株式会社 magaseek

蝴蝶网

Shop List

今月の協力先リスト

本誌掲載商品の価格はすべて消費税を含む総額で表示してあります。掲載商品につきましては、右ページのお問い合わせ方法をご確認ください。

ア

- アイジーエー …… ☎03-5524-3635
- アイフリーク …… toiawase@okimochi.jp
- アーカー クチュールメゾン …… ☎03-3463-0140
- アーカー 神南本店 …… ☎03-3463-0222
- アカクラ プレスショールーム …… ☎03-5491-8461
- アクアガール新宿 …… ☎03-5908-4718
- アクセサライズ 原宿店 …… ☎03-5414-0068
- アサヒ飲料 お客様相談室 …… 0120-328-124
- 味の素ゼネラルフーヅ お客様相談室 …… 0120-17-8651
- ♥ アース ミュージック＆エコロジー新宿 …… ☎03-3349-5676
- ♥ アース ミュージック＆エコロジー スーパープレミアム ストア 六本木ヒルズ店 …… ☎03-5770-5050
- アダム エ ロペ白金台本店 …… 0120-298-133
- アッサンブラージュ …… ☎03-3770-7911
- アディクション ビューティ …… ☎03-3273-2979
- アトリビス …… ☎03-5360-2231
- ♥ アナイ …… ☎03-5739-3032
- アナ スイ 伊勢丹新宿店 …… ☎03-3351-3521
- アナトリエ 神南店 …… ☎03-3770-4315
- アニエスベー …… ☎03-6229-5850
- ♥ アバハウスインターナショナル …… ☎03-5456-8898
- アフタヌーンティー・リビング …… 0800-300-3312
- アプワイザー・リッシェ（プレスルーム） …… ☎03-3408-8443
- アモーレパシフィック …… 0120-570-057
- アユーラ ラボラトリーズ …… 0120-090-030
- アルアバイル …… ☎03-5739-3423
- RMK Division …… 0120-988-271
- アルク …… ☎054-275-5200
- アール …… ☎03-5778-0081
- R＆D …… ☎03-3847-2255
- ♥ RD ルージュ ディアマン …… ☎03-3794-5211
- アルビオン …… 0120-114-225
- アングローバル …… ☎03-5467-7864
- アンタイトル …… ☎03-5117-2711
- アンテプリマ 新宿高島屋店 …… ☎03-5361-1474
- ♥ アンラシーネ（キャビンカスタマーセンター） …… 0120-684-753
- アンレリッシュ …… 0120-298-707
- イヴ・サンローラン・ボーテ …… 0120-006-912
- イエナ BC SALON渋谷店 …… ☎03-5464-1165
- イーエービー（キャビンカスタマーセンター） …… 0120-684-753
- イエロー96原宿店 …… ☎03-3404-4160
- イシ・エ・ラ …… ☎03-5360-2231
- 石澤研究所 …… 0120-49-1430
- 伊勢半 …… ☎03-3262-3123
- ♥ イーハイフンワールドギャラリー 原宿 …… ☎03-3746-0833
- イプサお客様窓口 …… 0120-523-543
- イーボル …… ☎03-3847-0753
- イマージュお客様デスク …… 0120-988-088
- イミュ …… 0120-371-367
- インディヴィ …… ☎03-5117-2711
- インデックス（アフターオール、エスピービー、エプローヴ） …… ☎03-5117-2711
- ヴァンドームヤマダ …… ☎03-3470-4061
- ヴィヴィアン・ウエストウッド インフォメーション …… ☎03-5791-0058
- ♥ VIS（ジュンカスタマーセンター） …… 0120-298-133
- ヴェールダンス …… ☎03-5467-4641
- ヴェルニカ ルーム …… ☎03-6805-1215
- ♥ HbG …… ☎03-5467-2995
- エクサボディ受付センター …… 0120-288-096
- エースコック お客様相談室 …… ☎06-6338-2745
- エスティ ローダー …… ☎03-5251-3386
- エスト …… ☎03-5630-5040
- エタミンヌ アラブデメゾン …… ☎03-5728-1826
- エッセイ 渋谷パルコ店 …… ☎03-3464-5186
- エテ …… 0120-10-6616
- エディフィス 渋谷 …… ☎03-3400-2931
- エテュセ …… 0120-074-316
- ABC-MART …… ☎03-3476-5448
- エフ・ディ・シィ・プロダクツ …… ☎03-5719-3266
- 大塚製薬 お客様相談室 …… ☎0120-550-708
- オギツ …… ☎03-3875-0111
- オゾック …… ☎03-5117-2711
- オドゥール・ド・オフェリア（モード・エ・ジャコモプレスルーム） …… ☎03-5464-1775
- オフ ザ ウォール …… ☎03-5117-2711
- オプティチュード青山店（ジュンカスタマーセンター） …… 0120-298-133
- オペーク ギンザ …… ☎03-5250-1184
- オムロンヘルスケア お客様サービスセンター …… 0120-30-6606
- オリエンタル トラフィック …… 0120-575-393
- オリジンズ …… ☎03-5251-3550
- オルビス …… 0120-050-050
- オルネ ド フォイユ …… ☎03-3499-0140
- ♥ オンワード樫山 お客様相談室（エニィ スィス バイ クミキョク スィス、エニィ スィス ブラン、組曲、ディップドロップス、フェルゥ） …… ☎03-5476-5811

カ

- 花王 消費者相談室 …… ☎03-5630-5030
- 花王 消費者相談室（リーゼ） …… ☎03-5630-5030
- 花王 消費者相談室（ヘルシア） …… ☎03-5630-5220
- 花王ソフィーナ …… ☎03-5630-5040
- カネボウ化粧品 …… 0120-518-520
- かぶら食品 …… ☎0274-67-2661
- カーライフ 中目黒店 …… ☎03-5784-0932
- カーリーコレクション …… ☎03-3770-7661
- キナリお客さま相談室 …… 0120-47-3999
- 木原産業 …… ☎06-6623-6791
- キノ …… ☎03-5485-8670
- キャス・キッドソン 代官山店 …… ☎03-5784-1352
- ギャップインターナショナル …… ☎03-3499-0077
- ギャップ原宿 …… ☎03-5414-2441
- キャドバリー・ジャパン …… 0120-199-561
- ♥ ギャミヌリィ（ジュンカスタマーセンター） …… 0120-298-133
- キャン お客様相談室 …… 0120-112-961
- キャンディッシュ（GOVリテイリング） …… 0120-310-102
- ギルド ジャコモ ギャラリー オン ザ ウェーブ（モード・エ・ジャコモプレスルーム） …… ☎03-5464-1775
- 銀座かねまつ6丁目本店 …… ☎03-3573-0077
- 銀座ワシントン銀座本店（プレスルーム） …… ☎03-5442-6162
- ♥ 靴下屋（タビオ） …… ☎03-3462-2020
- グッチ グループ ジャパン イヴ・サンローラン ディビジョン …… ☎0570-016655
- グッチ ジャパン カスタマーサービス …… ☎03-5469-6611
- クナイプジャパンお客様相談室 …… ☎045-433-9477
- クラークスジャパン …… ☎03-5847-7273
- クラシエフーズお客様相談室 …… ☎0120-202-903
- クラランス …… ☎03-3470-8545
- クリニーク ラボラトリーズ …… ☎03-5251-3541
- グレースコンチネンタル 渋谷パルコ店 …… ☎03-3477-8769
- クレデュ クレ …… ☎03-5766-6363
- クロエ インフォメーションデスク …… ☎03-4335-1750
- グローバル リズム エッセンス（アンビデックス） …… ☎03-3481-8044
- ケイカ コーポレーション …… ☎078-731-0140
- ケイト・スペード ニューヨーク …… ☎03-5467-1657
- コキュ …… ☎03-5117-2711
- コクーニスト …… 0800-300-3312
- ココ ディール …… ☎03-3794-6800
- コージー本舗 …… ☎03-3842-0226
- コーセー …… ☎03-3273-1675
- 小林薬品工業 お客様相談室 …… ☎058-278-3933

サ

- サザビー …… 0800-300-3301
- ♥ ザジ（キャビンカスタマーセンター） …… 0120-684-753
- ザ・スーツカンパニー新宿東口店 …… ☎03-3354-2618
- ♥ サック プレスルーム …… ☎03-3478-0667
- 佐藤製薬 …… ☎03-5412-7393
- ザ・ファースト コンステレーション有楽町マルイ店 …… ☎03-6738-3866
- ザ・ファースト スタイル有楽町マルイ店 …… ☎03-6738-3870
- サフィロジャパン …… ☎03-5205-8507
- サマンサシルヴァ ルミネエスト店 …… ☎03-3358-2742
- サマンサタバサ 新宿GATES店 …… ☎03-6457-7887
- サマンサタバサ プチチョイス ルミネエスト店 …… ☎03-3341-5530
- サマンサタバサデラックス 表参道GATES店 …… ☎03-5774-0666
- サマンサティアラ 新宿高島屋店 …… ☎03-5379-7
- サマンサベガ 新宿マルイカレン店 …… ☎03-3351-5
- サマンサベガセレブリティ 新宿ミロード店 …… ☎03-3349-5
- サマンサベガ プランタン銀座店 …… ☎03-5159-6
- ザラ・ジャパン …… ☎03-6415-8
- サロン デュ ラ トリニーテ（トリニティー） …… ☎03-6826-7
- サンエックス株式会社 …… ☎03-3256-7
- サンク …… ☎03-5485-8
- サンスター お客様相談室 …… 0120-008
- ザンパ …… ☎06-6534-1
- ♥ SANYO SHOKAI C.R.室 …… 0120-340-
- ジ・エンポリアム …… ☎03-5117-2
- ジェラート ピケ ルミネ新宿2店 …… ☎03-3345-7
- ジェリービーンズ …… 0120-202
- シーシークロス …… ☎03-5457-7
- 資生堂 …… 0120-81-4
- シチズン・システムズ株式会社 お客様相談室 …… 0120-88-6
- シップス ジェットブルー新宿店 …… ☎03-5369-8
- シップス ジェットブルー 原宿店 …… ☎03-5414-5
- シードひとみコール …… 0120-317
- ジネス ルミネ立川店 …… ☎042-521-7
- ジネット …… 0120-202
- シービック お客様相談室 …… ☎03-5414-0
- ジミー チュウ …… ☎03-5413-1
- ♥ ジャイロ（ジュンカスタマーセンター） …… 0120-298-
- ジャコモ・リュクス（モード・エ・ジャコモプレスルーム） …… ☎03-5464-1
- シャネル カスタマー・ケア・センター …… 0120-525
- シャンデリエ渋谷 …… ☎03-5456-8
- シャンデリエ新宿 …… ☎03-5321-9
- ジャンパール …… 0120-77-0
- シャンブル ドゥ シャーム …… ☎03-5790-2
- シュウ ウエムラ …… ☎03-6911-8
- g.u.カスタマーセンター …… 0120-856
- 17℃ バイ ブロンドール ルミネ北千住店 …… ☎03-6806-2
- ♥ シュガー・マトリックス …… ☎03-3791-8
- ♥ シューバー渋谷店 …… ☎03-3462-4
- ジョリー ブティック …… ☎03-5786-1
- ジョンソン・エンド・ジョンソン ヴィジョンケア カンパニー …… 0120-132
- ジルスチュアート ビューティ …… ☎03-3273-1
- ♥ ジル バイ ジルスチュアート …… ☎03-5467-9
- ジンズカスタマーサポートセンター …… 0120-588
- スナイデル ルミネ新宿2店 …… ☎03-3345-5
- スナイデル マルイジャム渋谷店 …… ☎03-4521-6
- スピック＆スパン アクセソワーズ ディアモール大阪店 …… ☎06-6348-4
- スピック＆スパン BC SALON 渋谷店 …… ☎03-6418-0
- スモーク バイ ランゲージ原宿店 …… ☎03-3478-1
- スリー …… 0120-898
- セイコーオプティカルプロダクツ お客様相談室 …… ☎03-5645-5
- セスト センソ …… ☎078-325-0
- ソニア リキエル …… 0120-074
- ゾフ表参道本店 …… ☎03-5766-2

タ

- ダイアナ 銀座本店 …… ☎03-3573-
- ♥ ダズリン …… ☎03-5447-6
- ♥ タビオ …… ☎03-3462-
- チャイルド ウーマン（アンビデックス） …… ☎03-3481-
- チャオパニック原宿店 …… ☎03-5774-
- チュチュアンナ …… ☎03-5775-
- チヨダ インフォ …… ☎03-5572-
- デア ディア 渋谷店 …… ☎03-5458-
- ♥ ディア フルーラ …… 0120-298
- ティアラ（メルローズ） …… ☎03-3464-
- ♥ ディアラ＆ガブリエル …… ☎03-5422-9
- DHC …… 0120-333
- ♥ ディシャス …… ☎03-5457-
- ♥ ティティ＆コー 新宿店 …… ☎03-5367-
- デッカーズ ジャパンカスタマーサービス …… ☎03-5413-
- デュアル スレッド 有楽町マルイ店 …… ☎03-6738-
- デリーゴジャパン …… ☎03-3863-
- 東急ハンズ渋谷店 …… ☎03-5489-
- 東京スタイル お客様相談室 …… ☎03-3262-

慧美网

steady.誌面作りに参加してみませんか？

おしゃれ特派員募集します！

steady.特派員のメンバーをさらに募集中です！ steady.にかかわるいろんな事をお願いしたいです。左のシートに記入して今すぐ応募してください！ 編集部一同お待ちしています。

Request 1 トレンド発信をあなたから!!

steady.では読者の方のリアルな情報に迫りたいと思っています！ ファッションに興味のある方、ビューティに興味のある方、steady.を通して、おしゃれを発信していきませんか？ あなたの周りで流行っているもの、これはオススメだというものをおしえてください。

大塚香りさん

大好きなキャラ特集では、お気に入りのスヌーピーグッズを見せちゃいました！

平川ちひろさん

愛用のポール&ジョーのポーチと化粧品を公開！ アイメイクのテクもご紹介しました！

Request 2 読者モデルとして誌面に登場！

steady.では大人気企画の「バッグの中身特集」など、読者のみなさんに登場していただくページがたくさんあります！ その他ファッション、ヘアスタイル、インテリアなど、読者の取材ページはいっぱい！ 撮影スケジュールはもちろんお仕事のご都合を最優先します。

高沢奈苗さん

宇野泰子さん

人気読者モデル宇野泰子さんや高沢奈苗さんも応募してきてくれたんです。届いた特派員シートを見て、編集部一同「可愛い！」と大騒ぎでした！

Request 3 OLのリアルを教えて下さい！

steady.では、座談会に出てくれる方、FAXやメールでの取材をさせてくれる方、身近な流行などのネタをメールしてくださる方、大募集です！ OLさんの生の声を誌面に反映させたいと思っていますので、あなたも企画に協力してください！

〈右〉スタイリストさんにコーディネイトのアドバイスをもらうチャンスも！
〈左〉編集部に集まって使える服を検証中です★

Request 4 ライターとして原稿を書いてみませんか？

steady.では、OLの気持ちや本音が分かる方に原稿を書いてもらいたいと思っています。ファッション、コスメ、ウワサ話etc.何でもお願いしたいです。もちろん未経験の方も大歓迎。ブログの更新ぐらいの気軽な気持ちで、お仕事の片手間にsteady.の原稿を書きませんか？

藤田麻子さん（ファッションライター）

文章を書くのが好きな人、ファッションが好きな人は、やってみるのをオススメします！

Request 5 地方の方も地元ネタを提供して下さい！

steady.は地方の特集にも取り組んで行きたいと思っています。遠方にお住まいで、東京の編集部まではなかなか来れないという方も、メールや電話で取材させていただいたり、ご自身のデジカメで撮影した写真をメールで送っていただいたり。遠くてもsteady.作りに是非参加してくださいね！

Request 6 可愛いお友達を推薦して下さい！

あなたの周りに、steady.に出てほしい可愛くておしゃれなお友達がいたら、推薦してください！ 会社の同僚や学生時代のお友達の可愛いコ、いませんか？ お友達が誌面に掲載されたら、お礼として推薦者の方にも人気コスメをプレゼントいたします！

宛先

〒102-8388
東京都千代田区一番町25番地
㈱宝島社 steady. 編集部「特派員募集係」

応募方法

左ページの応募シートに写真2枚（全身・アップ各1枚）を貼り、必要事項すべてを記入して下記の宛先に送って下さい。シートを封筒に入れ（折り畳み可）、切手を貼ってご応募くださるようお願い致します。その他自己PRできる資料がある方は、それも同封いただいてもかまいません。たくさんの方からの応募をお待ちしています！

個人情報の取り扱いについて
お送り頂いた応募シート・写真等は、steady.特派員募集のためのみに用い、第三者に流出させることはございません。

steady.特派員応募シート

記入日　　年　　月　　日

他薦の場合

推薦者のお名前	携帯電話番号
	(　　)　　−

写真(アップ)
正面から顔がわかるように
撮影して下さい。

写真(全身)
お気に入りのコーディネイトで
撮影して下さい。

フリガナ

名前

メールアドレス
PC：　　@
携帯：　　@

住所 〒(　　—　　)　　都道府県

電話番号 (　　)　　−

勤務地

携帯電話 (　　)　　−

企業名または業種 (例：宝島社／出版社)

職種 (例：広告営業)

FAX (　　)　　−

生年月日　　年　　月　　日生　　歳

血液型　　型

最終学歴

身長・体重 ※読者モデル希望の方　　cm　　kg

よく買い物をするショップ・ブランド・駅ビル

彼氏はいますか?　☐いる　☐いない

いる方は付き合っている年数、彼の年齢・ご職業も教えて下さい。

年間　　歳　職業：

steady.のスナップに出るとしたらどんなコーディネイトをしますか?

トップス：　　ボトムス：

バッグ：　　靴：

その他：

あなたが「誰にも負けない!」と思うジャンルは何ですか?
(ファッション、美容、フード、インテリア、エンタメetc.)
それについて詳しくお書き下さい。

steady.でどんな特集をやって欲しいですか?

希望項目にチェックして下さい
※複数チェック

☐読者モデルとしてsteady.に出たい
☐東京までスナップに来れる方
☐ファッションの流行や自分の街のおしゃれスポットなど、身近なネタを提供したい

キリトリ線

慧美网 vimeo.net 蝴蝶网 hudie.com

連載 最終回

人生相談

みうらじゅんと愉快なお友達の人生対談

みうらじゅく!

今月の相談

人に悩みを相談されすぎる!

私の悩みは、他人に悩みを相談されすぎること。自分では姉御キャラだと思わないのに、なぜか些細な悩みからヘヴィーなことまで打ち明けられることが多く、ときどき疲れてしまいます。久しぶりに友達に会えば、そのほとんどが聞き役。「なんか話したらスッキリしたよ!」なんて明るい顔で言われると嬉しく思う反面、自分の悩みは相談できずに損したような気分に……。私だって悩みを聞いて欲しいんです!

相談者 ミーナさん（27歳・IT関連勤務）

毎回斬新な発想で読者のお悩みを解決してきた『みうらじゅく』も、今月号でついに最終回を迎えます! 最後のお悩みは、まさにみうら塾長ご自身とも重なるお悩み。さぁ、感動(?)の最終回では一体どんな解決策が出るのでしょうか?

撮影／森崎一寿美（PPI）

11～1月号担当講師
しりあがり寿先生
担当分野:パーソナリティ

2009年1月、新宿LOFTで伝説を打ち立てた「さるハゲロックフェス」が帰ってきます! 本格派のプロミュージシャンから畑違いのマンガ家たち、テクニック無視の驚異の素人まで「さるハゲ」に出入りする有象無象がしのぎを削る、歓喜と渾沌の宴の開催がまたも決定しました! 2010年1月10日。場所は再びロックの殿堂「新宿LOFT」。はたして次回はどんな"何でもアリ"な一夜になるのか? どなた様もご期待ください!

みうらじゅん塾長

PARCO40周年を記念し、PARCOとMJによるコラボイベントが開催! 題して「PARCO 40th Anniversary みうらじゅんジャンボリー 2009-2010」。
幼少期のひとり出版社時代から51歳の今に至るまでに出版した書籍の数々から、身の回りの私物や書斎や収集品まで一挙公開する「みうらじゅんの100冊展 Book on Rock'n'Roll!!」や、8月に招待者限定で開催され、好評を博した「みうらじゅんのDSショー」など盛りだくさん。出版人・みうらじゅんの足跡をたどる一大イベント「PARCO 40th Anniversary みうらじゅんジャンボリー 2009-2010」はMJファンなら絶対必見!

大人にとって悩み相談は友情の証。思いきり本気にぶつかって楽しもう!

しりあがりさん（以下、敬称略） なんだろうね 菩薩みたいな顔してるのかな。

みうらさん（以下、敬称略） 顔って大きいよね。絶対にね（笑）。幸せそうな顔してるんじゃないかな。相談されやすい人ってそんな気がする。不幸そうな顔の人には相談しないよ。

しりあがり 確かに。顔は変えられないからなぁ。相談されるのが嫌なら、それどころじゃないっていうオーラを出せばいいんじゃない？ 髪ボサボサにしたりさ、「[illegible]半分[illegible]させたり。

みうら 外見ってあると思うんだよね。テレビ見てても、幸せそうな人と不幸な人ってわかる。外見だけなのにさ。あと苦労してきた感じも出てるんじゃない?「この人なら経験してるからわかってくれそう」っていう細木数子とか美輪さんとか、すごい苦労から立ち直って今がある、みたいな人。

しりあがり 前回の相談と一緒になっちゃうけど私はダメだって言い続けるとかしか対策はないのかなぁ。

みうら 俺この機会にずっと謎だったこと言うけどさ、女の人同士の会話聞いてると、お互いに全っ然話聞いてないよね。あれはなんでなのっ!?

しりあがり 男にはちょっと理解できないよね。このコの場合、ちゃんと話を聞いてあげてるんじゃない? だから相談される。

みうら 聞いちゃうんだね、きっと。

しりあがり 有料化だね。1悩みにつきいくらでお金とるとか（笑）。

相談されてしまう自分を、楽しもう!

みうら 聞いてしまうのってきっと無意識。俺がそうだもん。51にもなって母親の言うことにいちいちイラつくんだけど、それってちゃんと聞いてるからだと思うんだ。聞き流せたらやりすごせるのに。どうしたら女みたいに聞き流せるんだろ? って俺ずっと思ってたの。

しりあがり みうらさんは相談されそうだよね。っていうか実際に今、この仕事で相談されてるんだもんね（笑）。

みうら 俺は話聞いてると、ちゃんと自分に置き換えて意見を言っちゃう。で、怒られる（笑）。もっと適当に聞くだけにしときゃ相談されないのにって思うけど。

しりあがり ほんとに嫌なら、わざとひどい助言をして相手を不幸にさせるっていう戦法も……。もう相談来ないよ。

みうら 少しは嬉しい気持ちもあるんだよね。「信頼されてる」みたいな。それでまた聞いちゃったりとか。それで俺は下手に意見言ってケンカになるの。こないだも、いい年したオヤジと血を流してケンカしたんだけど（笑）。

しりあがり 僕から見たらうらやましくもあるけどなぁ。相談されるとか、ケンカとか僕はないなぁ。

みうら いい大人になるとさ、友達ともたまにしか会わないし、たまにヒートアップしないと友達の証がないんだよ。ヒートアップするためにはケンカぐらいするほうが面白いよ。相談もそういうふうに思えばいい。たまにしか会わないんだろうし。ケンカするぐらいの覚悟で相談に乗れば、面白いと思うよ。それで自分の話も聞いてほしかったら「俺の話も聞けよ!」って、たまには怒ったほうがいいんだよ。

しりあがり それ面白い（笑）。

みうら 「不安なのはお前だけじゃねぇよ!」って。ま、ケンカになるだろうけど……（笑）。発散はできるよね。相談受けてるときに「俺、損してる」って自分で思っちゃうのが、一番よくないと思うよ。

しりあがり 相談もたくさん受ければケーススタディが蓄積されるんじゃない? みうらさんみたいにさ。その蓄積って、自分にとっても強いと思うんだよね。

蓄積された悩みのケーススタディが強みになるよ

みうらじゅくお世話になった講師陣!

みうら塾長のお友達様全員!

安齋肇 先生 済
泉麻人 先生 済
いとうせいこう 先生 済
内田春菊 先生 済
しりあがり寿 先生 済
スチャダラパー 先生 済
高木完 先生 済
はな 先生 済
松久淳 先生 済
峯田和伸 先生（銀杏BOYZ） 済
山口隆 先生（サンボマスター） 済
山田五郎 先生 済

創刊から応援ありがとうございました!

創刊以来3年続いた『みうらじゅく!』。みうら塾長＆お友達の講師の皆様、本当にありがとうございました!

キュートな動物にいやされたい!!

今月のZOO

てんてこまいの年末の時期。みなさんいかがお過ごしですか？　今月のZOOはそんな疲れたキモチを一気に吹き飛ばしてしまうスペシャルゲスト犬をお迎えしました。steady.の看板娘♥ おなじみ、あの方の可愛い相棒をここでどどんとご紹介♥♥

撮影／柴田文子（エトレンヌ）

今月のお客サマは

モデル・みっこの愛犬 グレムさん

今月はグレムのヒミツ♥をみっこからご報告

「出会いはモバイルサイトで一目惚れ☆ 一目みただけで目が離せなくなって、運命だなって。すぐにお店に行きました！ 最近グレムは、おもちゃを投げて持ってくるだけの遊び「持ってこい!」がお気に入りみたい。ひたすらずーっと繰り返してるだけだけど♥ でも、撮影へ連れて行くこともあるのでしつけはキチンと。意外とできるコなので、そこらへんは合格点です！

Profile

犬種：チワワ
名前の由来：映画『グレムリン』のギズモに似てるから
特技: 待て＆お座り（あとはこれから♥）
好物: なんでも好き嫌いしないコです
好きな時間：みっことお散歩

慧美网 mee.net
蝴蝶网 hudie.com

大好評のSサイズ的おしゃれプラン

ミニーちゃんのための スタイルUP術

Sサイズ読者のリクエストに応えて、背が小さくてもトレンドアイテムをおしゃれに着こなすワザを提案！ 今月はこの時季欠かせないアウターのスタイルUP術をマスター☆

撮影／片岡 祥 (PPI)　スタイリング／谷内 瞳　取材・文／藤田麻子 ●掲載商品のお問い合わせ先リストは、P.158 にあります。

――との意見が続々！

メーカー勤務・28歳（身長155㎝）
池田 舞さん

「トレンドコートが欲しいけど、Sサイズでもバランスよく着られるワザを知っておきたい!」

トレンドコートをおしゃれに着るには？

メーカー勤務・21歳（身長152㎝）
安岡あゆみさん

「背が低いのを気にして、ショート丈以外のコートに手を出すのをためらっちゃう……。」

Sサイズでも似合うコートが知りたい！

アウターのお悩みについて調査を進めると

ミニー読者の冬のお悩み内訳

上記の結果のように、ミニー読者の冬のお悩みは、アウターに関連することが約半数！ なかでもサイズ感を気にしているコが多い様子。

ミニーちゃんの冬のお悩みといえば

アウターはボリュームがあるので着られた感じになっちゃう！

ということで今月号は

「ミニーちゃんのための アウター攻略大特集」です！

この時季マストなアウターは、意外とミニーちゃんにとってぴったりのものを選ぶのが困難。みんなが着たい冬アウターの攻略法を教えます♪

私にお任せ！

教えてくれるのはスタイリストひとみんこと
スタイリスト谷内 瞳さん
おしゃれで賢いコーディネイト術が大好評の人気スタイリスト・ひとみんこと谷内さん。

まずはミニー的食わず嫌いアウター「Aラインコート」を攻略！

A-line Coat

ふわっとしたボリューム感が背が低いとうまく着られなそう……、とミニー的食わず嫌いなAラインコート。コツさえつかめば、こんなにスタイルアップできちゃう。

before

全身がのっぺ しちゃう……

攻略法
ウエストラインを強調して下半身を長めに見せる工夫を

スタイリスト ひとみん's アドバイス

コンパクトなAラインコートは、前を開けて、インに着たコーデを効果的に見せて。ウエストラインを見せるのが◎。

やや短め丈もSサイズのコにジャスト。ジュエルボタン付きノーカラーコート¥39,900／アルアバイル　白タートルニット¥2,900／ザジ　ベルト付き花柄スカート¥15,750／サベナ(ビームス タイム) ネックレス¥4,935／組曲（オンワード樫山）ブーツ¥29,925／ダイアナ(ダイアナ 銀座本店)

before

ボトムとのバランスが何だか変

攻略法
スリムなパンツでIラインシルエットをプラスして

スタイリスト ひとみん's アドバイス

ボリュームの出やすいAラインコートは、細身のボトムスをあわせて、シルエットにメリハリをつけるのが正解！

Sサイズのコでもバランス良く着られる小柄の千鳥格子もオススメ。ファーは取り外せて2WAYで着られます。ファー付きAラインコート¥49,350／組曲(オンワード樫山) インディゴスキニークロップドデニムパンツ¥990／g.u.　グリッターラメリボンパンプス¥14,490／ダイアナ(ダイアナ 銀座本店)

before

サイズが大きく見えがち……

医療関連勤務・27歳（身長152㎝）
倉形まなみさん

攻略法
冬らしいキャッチーな小物使いで目線を上にアップ！

スタイリスト ひとみん's アドバイス

目線を引く鮮やかなストールやポンポン小物をアクセントにすれば、Aラインのボリューム感もカバーできちゃいます。

カジュアルなボーダーなら、小物あわせも簡単！ ボーダーノーカラーコート¥26,250／レイ ビームス、カシミアストール¥11,550／ラピス ビームス(ともにビームス タイム) ミニスカート¥6,195／ディップドロップス(オンワード樫山) 黒スエードブーツ¥29,190／ダイアナ(ダイアナ 銀座本店) ポンポンゴム／スタイリスト私物

お次は、ミニーちゃんにオススメの

「コンパクトアウター」Best3を紹介！

ミニーちゃんでも可愛くおしゃれに着られる、
オススメのアウターはこの3タイプ☆
ひとみん提案のコーディネイトも参考に。

Compact Outer

ココがオススメ

ショート丈のレザージャケットなら全身にメリハリがつく！

ショート丈なら、ミニーちゃんお得意のワンピとも好相性。フェイクレザーライダースジャケット¥13,650／レイ ビームス(ビームスタイム) シフォンプリントワンピース¥19,950／アルアバイル　チェーンネックレス¥1,900／ザジ　黒エナメルパンプス¥13,440／ダイアナ(ダイアナ 銀座本店) レギンス／スタイリスト私物

オススメ Best1 レザージャケット

薄手なのにあったかいレザージャケットは、コンパクトに着られてミニーちゃんにもGOOD！

キャメルくるみボタンジャケット ¥51,450／ルル・ウィルビー（アルアバイル）

可愛めのフード付き。レザージャケット¥60,900／カリアング(ビームス タイム)

ピーコート オススメ Best2

今年人気のピーコートは、ミニマムなサイズでバランスよく。ダークカラーも引き締め効果あり。

ロングシャギーがポイント。ピーコート¥12,600／ディップドロップス(オンワード樫山)

➡黒に映えるダブルのゴールドボタンがアクセントに。ピーコート¥37,800／アナイ

ココがオススメ

知的なピーコートならガーリーなアイテムも程よく大人っぽさをミックス

ブラックカラーならさらにシッ
黒ピーコート¥30,450、パー
ル系プリントワンピース¥14,
／ともにレイ ビームス(ビーム
タイム) レース半そでカット
(黄色ニットがセット) ¥7,98
エニィ スィス バイ クミキ
スィス、ネックレス¥5,985／
(ともにオンワード樫山) パン
ス¥13,440／ダイアナ(ダイ
銀座本店) タイツ／スタイリ
私物

ココがオススメ

首まわりをスッキリ見せてくれるから着やせ効果も最大限！

ボリュームのある素材も、ノーカラーならスマート。ファーノーカラーコート¥8,925、ハート柄フリルブラウス¥9,975、ツイードラメリボンショートパンツ¥11,550／すべてレイ ビームス(ビームス タイム) ビーズネックレス¥6,195／組曲(オンワード樫山)

オススメ Best3 ノーカラーコート

顔まわりがスッキリ見えるノーカラーコートで、着太りしがちな冬のお悩みを打破！

Aラインのノーカラーがガーリー。ジャケット¥18,900／レイ ビームス(ビームス タイム)

スパンコールのトリミング付き。ツイードロングコート ¥47,250／アルアバイル

慧美网
vimee.net
蝴蝶网
hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

一緒にいればハッピー気分がアップする!

キュートな乙女雑貨

女のコならどんな時だって可愛いものに
囲まれて過ごしたいもの。
24時間一緒にいれば、ハッピーな気分に
なれちゃう、キュートな雑貨を
チェックしてねっ★

影／[人物] 角田明子、[静物] 片岡 祥 (PPI)
スタイリング／永岡美夏 (super continental)
ヘア&メイク／奥平正芳 (CUBE)　モデル／美優
●掲載商品のお問い合わせ先リストはP.158にあります。

“可愛い雑貨に囲まれた
ガーリールームでリラックス♥”

慧美网
vimee.net

チュチュスカートをはいたアルパカプリントのぬいぐるみ。フチにそって付いているピンクのフリンジもポイント。思わず抱きしめちゃう可愛さです。ぬいぐるみ¥10,290／コトリエ ユカ (プピ エ ミミ)　フード付きバスローブ¥17,850／ヴェルニカ (ヴェルニカ ルーム)　レッグウォーマー付きレースレギンス¥4,830／ジェラートピケ (ジェラート ピケ ルミネ新宿2店)

蝴蝶网
hudie.com

Kitchen
キッチン

**パステルピンクで
キッチンも可愛く♥**
フランス生まれの耐熱陶器のお鍋。パステルピンクならキッチンが華やかになります。¥3,150／エミール・アンリ（アッサンブラージュ）

**おいしい目玉焼き
はおまかせ！**
卵のマスコットが可愛いフライパン。目玉焼きを作るのにちょうどいい小さめサイズです。¥1,365／プラザ アトレ恵比寿店

キッチン量りもこだわりたい！
見た目にも可愛いアンティーク風のメタリック量り。ひとつは持っておきたいものだからこそこだわって選んで。¥1,575／アフタヌーンティー・リビング

愛情の量を量っちゃう!?
ハートの形になっている計量スプーン。コレで彼の愛情の量も量れちゃうかも!? ¥672／プラザ アトレ恵比寿店

**コンロで調理も
できちゃいます！**
火にかけ調理もできる、可愛い保存容器なら野田ホーローに決まり！（大）¥3,675、（小）¥2,940／ともにマーガレット・ハウエル ハウスホールドグッズ（アングローバル）

**上品なシルバーの
アンティーク手鏡**
長い持ち手もアンティーク調の繊細な彫りが美しい手鏡。中世ヨーロッパの雰囲気を感じる上品な小物です。¥2,520／キノ

女のコの憧れのキュート柄
（右）内側にポケット付きの大きめポーチ¥3,150、（左）爪きりや爪やすり入りのマニキュアセット¥4,935／ともにキャス・キッドソン（キャス・キッドソン 代官山店）

Dresser
ドレッサー

**小鹿がドレッサー
の上を走ります!?**
陶器の小物入れの蓋にバンビのモチーフが付いています。真っ白な陶器で大人っぽいのでブリブリ過ぎずに使えます。¥1,890／キノ

**ポーチを別にしても
使えます！**
サイケ調のお花柄が可愛い大きなバニティポーチ。化粧品をまとめて入れられます。¥16,800／ケイト・スペード ニューヨーク

**ゴールドの繊細な
フレームが上品♪**
イタリア製のアンティークフレームで品のあるミラー。華やかなゴールドでいつもよりメイクが上手にできちゃう!? ¥5,880／キノ

朝の輝く日差しをいっぱい浴びて

Morning

寝起きのボーッとしてしまう
時間も、キュートな雑貨と
一緒にいれば、朝の支度も
はかどっちゃいそう!?

たくさん付いているポンポンが♥
ベロア素材で肌ざわりのいいメイクポーチ。ファスナーにそって付いているポンポンがラブリー。¥4,200／ヴェルニカ（ヴェルニカ ルーム）

小鳥のさえずりが聞こえちゃ
小鳥モチーフが付いている白の陶器小物ケース。アクセサリーなどを入れるのに重宝しそう。¥1,575／アッサンブラージュ

Closet
クローゼット

**実用品も
見た目が重要！**
大きなお花のモチーフがキュートなS字フック。いつも目にする実用的な小物こそ、可愛さで選ぶべき！ ¥1,029／プピ エ ミミ

**見ため目だけ
ハッピー気分に♥**
飾りとしても完璧な見た目のアンティーク小物入れ。（左）ねずみモチーフ付き¥14,700、（右）エッフェル塔型¥16,800／ともにリボンハッカキッズ

**飾る収納にピッタリ
の丸型箱★**
パステルなポップ柄に大きなリボン♥ 飾る収納ボックスとして気分が上がりそう。（大）¥4,725、（小）¥3,990／ともにベビーリボン

**収納ボックスも
可愛さで選ぶ！**
内側のフリルも可愛いフランス製の籐ボックス。大きさ違いで重ねて飾ってもおしゃれ♪（大）¥8,925、（小）¥6,825／ともにサンク

**シューズもおしゃれ
に収納したい！**
クリアな蓋にお花柄のシューズボックス。¥1,890／リズベッド ダル（ユナイテッドアローズ 原宿本店 ウィメンズ館 スタイルフォーリビング）

慧美网
vimei.net

Balcony
バルコニー

お花のモチーフがキュート♥
可愛い洗濯ばさみは飾っておいてもテンションが上がる！ ¥714／プラザ アトレ恵比寿店

明るいカラーで洗濯も楽しく♪
ポップな色の洗濯ばさみで洗濯を干すのが楽しくなっちゃいます。¥630／プラザ アトレ恵比寿店

**置くだけで
可愛さアップ！**
形が可愛いので置くだけでおしゃれな甘い香りの柔軟剤。¥1,440／ジェラートピケ（ジェラートピケ ルミネ新宿2店）

**キレイ色でランド
が明るく**
バッグとしても使える形とラベンダーの色がポイントのランドリーバッグ。¥3,045／コクーニスト

蝴蝶网
ladies.com

Dinning
ダイニング

セットで欲しい ボウル&プレート
プレートがボウルの蓋としてもピッタリサイズ！ プレート¥4,200、ボウル¥6,825／ともにマリメッコ（ルック ブティック事業部）

料理の彩りをプラスしちゃう！
お料理がさらにおいしく見えちゃいます。（上）ヴィンテージプレート¥2,940、（下）ドットプレート¥3,990／ともにエタミンヌアラプチメゾン

キュートな柄のペアマグ♥
クリスマス気分の盛り上がる西洋ヒイラギとドットのマグカップセット。¥4,725／キャス・キッドソン（キャス・キッドソン 代官山店）

おしゃれなティータイムを演出！
ステキな時間のお供に。ポット¥3,308、ポットカバー¥1,890、カップ&ソーサー¥1,575／すべてアフタヌーンティー・リビング

午後のティータイムに大活躍!?
英国風のアフタヌーンティータイムを楽しんじゃう!? 3段のデコレーションプレート。¥6,510／Lisbeth Dahe（アッサンブラージュ）

珍しい蝶の形のプレート★
スウェーデン製のお皿。深さもあるので、スープ皿としてもお菓子などを可愛く飾るのにも使えます。蝶の形が珍しい！ ¥1,890／キノ

さらにおいしく召し上がれ♪
（左）ケーキ&エッフェル塔各¥420／プラザ アトレ恵比寿店（右）ケーキ&ティーカップ各¥399／すべてリボンハッカキッズ

上品なカップ&ソーサー
繊細なデザインのカップ&ソーサー。金ぶちがエレガントです。（右）¥2,625、（左）¥2,940／ともにアフタヌーンティー・リビング

午後のほっこりタイムも大切に

Afternoon

お昼後のまったり時間も
大好きなものに
囲まれて過ごすのは、
女のコだけの特権です♥

Entrance
エントランス

アンティークの一輪挿し
セレクトショップが厳選した一輪挿し。¥4,985／クリエーション ティエフ（ユナイテッドアローズ 原宿本店 ウィメンズ館 スタイルフォーリビング）

愛らしい♥小さな花瓶
スズランの花の花瓶。¥7,350／アスティエ ドゥ ヴィラット（ユナイテッドアローズ 原宿本店 ウィメンズ館 スタイルフォーリビング）

肌さわりのよさも自慢！
肌さわりのいいパイル地のルームシューズ。柔らかい素材なので、お部屋の床も傷つきません。¥9,450／ヴェルニカ（ヴェルニカ ルーム）

慧美网
yimei.net

コサージュ付きルームシューズ
大きなお花のコサージュが印象的なレザーのルームシューズ。後ろには滑り止めが付いていて、はきやすさも抜群です。¥7,140／キノ

さりげなくお花を飾りたい
清涼感のある半透明の一輪挿し。さりげなくお花を飾って、お部屋に癒しをプラス。セットで飾ってもいいかも☆ 各¥840／キノ

Living
リビング

鮮やかカラーが部屋のポイントに
キレイなブルーの写真フレーム。鮮やかなカラーがお部屋のポイントとしてもピッタリ。¥420／プラザ アトレ恵比寿店

写真をいっぱい飾ろう！
3連の写真フレームには、大好きなペットの写真？ それとも彼との写真を飾る？ ¥1,260／アフタヌーンティー・リビング

特別なメッセージを送りましょう
スペシャルなメッセージは存在感のある優美なイラストのメッセージカードを使い、気持ちを届けちゃいましょう。各¥1,260／ノウティ

メッセージのアクセントにプラス
ちょっとしたメモやメッセージに気軽に使いたいスタンプのセット。受け取る人までハッピーになりそう。¥2,205／アッサンブラージュ

優雅な気分でお手紙を★
お部屋の飾りとしてもおしゃれ。インク¥1,260、ガラスペン¥3,570、便せん¥1,785／D-BROSS（すべてオルネ ド フォイユ）

毎日使ってハッピー気分に
毎日使うスケジュール帳こそ可愛いものを選び、開くたびにハッピーな気分に。（左）¥2,100、（右）¥1,785／ともにプラザ アトレ恵比寿店

アートを感じる写真フレーム
シルバーの彫りがアンティーク風のフレーム。おしゃれで品のあるデザインでプレゼントにも最適♥ ¥2,100／アッサンブラージュ

エスニック柄のキャンドル

異国情緒が漂い神秘的なムードを演出。各¥1,428／ファティマ（ユナイテッドアローズ 原宿本店 ウィメンズ館 スタイルフォーリビング）

寒さしのぎも完璧に攻略！

（上）¥3,885／アフタヌーンティー・リビング（下）¥9,345／ツィードミル（ユナイテッドアローズ 原宿本店 ウィメンズ館 スタイルフォーリビング）

お部屋に小さな森の動物が出現!?

手乗りサイズの小さなリスのぬいぐるみを飾ると、あなたのお部屋がまるで森の一部になっちゃいます。各¥840／リボンハッカキッズ

クマちゃんの抱きぐるみ

可愛い柄のクマちゃんのぬいぐるみは、夜にはギュッと抱きしめて眠って。¥3,360／ジェラートピケ（ジェラート ピケ ルミネ新宿2店）

可愛いフラワーディフューザー

お花のスティックをビンに挿して、セット完了。癒されるカモミールの香りがベッドルームにほんのりと漂います。¥1,890／ノゥティー

可愛いお部屋のライトにピッタリ

ベッドサイドに置きたい可愛いデザイン。ピンクのシェードからこぼれる光で眠りを誘ってくれそうです。¥6,510／コクーニスト

美ボディを作るお手入れグッズ♪

ニュージーランド産マヌカの花のはちみつを使ったボディケアアイテム。（左）ボディソープ¥1,418、（右）ボディスクラブ¥945／ともにアフタヌーンティー・リビング

ボディもキレイにしちゃいましょ♪

シャワーを浴びるのが楽しくなっちゃうボディスポンジ。掛けてあるだけでもキュート♥（左）¥735、（右）¥630／ともにプラザ アトレ恵比寿店

Bath Room
バスルーム

ポップなタオルでテンションUP！

お風呂上りもポップなタオルを使って楽しく過ごしましょう。（左）¥1,260／コクーニスト（右）¥3,360／ジェラートピケ（ジェラート ピケ ルミネ新宿2店）

お花畑のようなブランケット

キュートなお花柄のブランケットで寒さをシャットダウン！ 可愛い柄なら心の中までほっこりしちゃいますよ。¥1,575／アッサンブラージュ

24時間で一番癒されるひと時

Night

シャワーから眠るまでの時間は
一番リラックスしたい時間帯。
癒される時間をバックアップしてくれる
キュートな雑貨たち★

バスマットにもこだわって！

楕円形の真ん中に「Bath」と書いてあるパイル地のバスマット。カーリーなパステルカラーが可愛い。¥2,100／アフタヌーンティー・リビング

Bed Room
ベッドルーム

乾燥した空気にドーナツ型スチーマー

乾燥季節に欠かせないスチーマーもデザインを重視して選んで。ドーナツ型で見た目の癒し効果もあり。¥19,950／プラスマイナスゼロ 青山本店

抱き心地が最高のアルパカ

アルパカのぬいぐるみは、もこもこした素材で抱き心地が最高。いい夢が期待できそう♥ ¥5,040／アフタヌーンティー・リビング

食べるのは禁止です！

思わず食べてしまいたくなるほど、見た目が可愛いスイーツ形スワティのキャンドル。¥5,250／ジル バイ ジルスチュアート ランジェリー（ジル バイ ジルスチュアート）

花束の中からいい匂いが♥

お部屋に飾っておくだけで、いい香りに。どんな部屋のテイストにもマッチ！ ¥2,100／アフタヌーンティー・リビング

可愛いリス型のクッション

リスのプリントにそって形が作られているクッション。チュチュをはいたリスが可愛い♥ ¥8,190／コトリエ ユカ（プピ エ ミミ）

アイスのように可愛いキャンドル

パステルの3色層になっているキャンドル。甘い香りがGood！ 飾って気分もアップ。¥3,990／ジェラート ピケ（ジェラート ピケ ルミネ新宿2店）

柄が可愛いぬいぐるみ

まったく同じ柄になっているものはない、コブタのぬいぐるみ。自分だけのオリジナルのコブタちゃんを探して！ 各¥4,200／spooks（キノ）

プリント＆形に胸キュン♥

（左）ハート型はパイル地で肌ざわり抜群！¥4,200、（右）サテンの裏側はピンク×白のボーダー柄。¥4,200／ともにカーリー コレクション

お部屋にウサギのライトはいかが？

幻想的なウサギの形のライト。ほんのりと浮き出すように光がこぼれ、お部屋が神秘的な雰囲気に。¥10,290／リボンハッカキッズ

蝴蝶网 hudie.com
慧美网 vimee.net

New Cinema

笑える！

『のだめカンタービレ 最終楽章・前編』

©2009 フジテレビ・講談社・アミューズ・東宝・FNS27社

人気コミック「のだめカンタービレ」を映像化し、大ヒットしたテレビドラマを二部作で映画化。フランスなどヨーロッパを舞台に、のだめと千秋の恋と音楽にかける青春がスケールたっぷりに展開。（12月18日公開／東宝）

Check! 「テレビシリーズからおなじみのキャスト、上野樹里、玉木宏らのハマり演技も要チェック！」

感動！

『アバター』

©2009 Twentieth Century Fox. All rights reserved.

『タイタニック』のジェームズ・キャメロンが12年ぶりに放つ超大作。美しい星パンドラを舞台に、自らの分身"アバター"を得た青年ジェイクの星を守る命運と情熱的な恋を描く。（12月23日公開／20世紀フォックス）

Check! 「最先端技術によって生み出された3Dの映像美、愛を描く感動のストーリーに息を呑む！」

笑える！

『インフォーマント！』

©2008 WARNER BROS. ENTERTAINMENT INC.

自社内の不正を内部告発したエリート社員が起こした、全米経済史に残る事件をブラックユーモアを交えて映画化。スパイきどりでFBIを翻弄する主人公をマット・デイモンが熱演。（公開中／ワーナー・ブラザース映画）

Check! 「想像を絶する事実が発覚していくクライマックスにあ然としながら笑いがとまらない！」

感動！

『カールじいさんの空飛ぶ家』

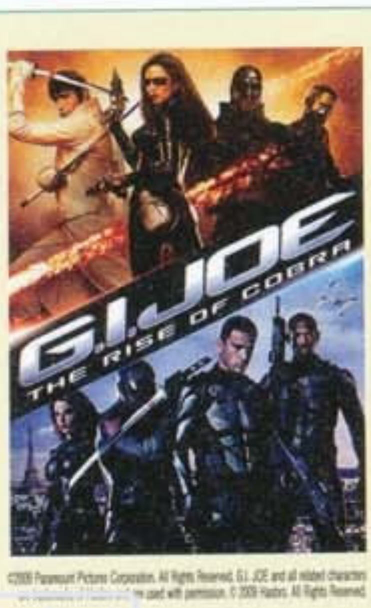
©WALT DISNEY PICTURES / PIXAR ANIMATION STUDIOS. ALL RIGHTS RESERVED.

妻の死を機に、子供のころからの夢を叶えるため、家に風船を付けて大空に旅立つカールじいさんの冒険物語。冒険を通して、最愛の人の死から立ち直っていく姿に涙がホロリ。（公開中／ウォルト・ディズニー）

Check! 「ピクサーの最新作。ピクサーらしい夢と希望が詰まった1作。人生が輝いて見える！」

steady. Recommend DVD

『G.I.ジョー』


©2009 Paramount Pictures Corporation. All Rights Reserved. G.I. JOE and all related characters ... are used with permission. © 2009 Hasbro. All Rights Reserved.

ハイテク兵器を装備した最強チームG.I.ジョーが、邪悪なテロ組織"コブラ"を相手に壮大なバトルを繰り広げるノンストップ・アクション。ファッションアイコン、シエナ・ミラー、韓国のスター、イ・ビョンホンが悪役をスタイリッシュなアクションとともに好演。

¥4,179 12月11日リリース
／パラマウント ジャパン

Check!
「ド迫力のアクションが連続し、ハラハラワクワク！」

『ボルト』

©Disney.

TVドラマの世界が現実で、自分を飼い主の少女ペニーを守るため改造されたスーパードッグだと思い込んでいるハリウッドのスター犬・ボルトの冒険物語。ボルトのペニーを思う気持ち、旅の途中で出会った猫やハムスターなど、仲間たちとの絆に感涙必至！

¥3,360 12月16日リリース
ウォルト・ディズニー

Check!
「ボルトをはじめ、動物たちのキャラ設定が最高！」

Cinema Preview

Navigator
Anego系
映画ライター
杉嶋未来さん

今月もsteady.読者のために映画をチョイスしてくれたのは、映画ライターの杉嶋未来さん。もちろんチョイスのポイントはOLさんに見てほしいもの。check!のポイントを参考に見れば、映画の楽しさは1.25倍です。

『ジュリー&ジュリア』

監督・脚本・製作：ノーラ・エフロン　出演：メリル・ストリープ、エイミー・アダムスほか　2時間3分／12月12日よりTOHOシネマズ、シャンテシネほか全国ロードショー

ジュリア役は、アメリカの大女優メリル・ストリープ。日本
馴染みがない実在の人物だけど、愛すべき魅力が伝わって
好演。ジュリー役は『魔法をかけられて』のエイミー・アダム

女性たちの前向きムービー

料理と食べることは、人が生きる上で欠かせず、人生を豊かにしてくれるもの。そのことを痛感させ、日常を見直したくなるのがこの作品。アメリカ人であれば誰もが知っている料理家、ジュリア・チャイルドと、彼女に触発された現代女性の物語が交錯する心温まるドラマだ。

60年代、ジュリア・チャイルドが発表したレシピ本『フランス料理の達人』や料理番組「フレンチ・シェフ」は、アメリカの食卓を大きく変えたと言われている。彼女は、豊かな料理の世界を主婦た

Check Point!

おいしそうな料理を通して描く深いテーマ

冒頭から、おいしそうな映像が次々と登場。「本当においしそう」という言葉がぴったりの映画。でも、これはただのグルメ映画ではない。根底にある物はもっと深い。作ることも楽しいけど、やっぱりそれを喜んで食べてくれる家族や友人がいてこそ。そして、チャレンジしていく大切さなど、いろんなことを教えてくれる。注意すべきは、空腹で見ないこと！ 空腹だとかなりつらいことに…(笑)。

点は、パリ。外交官の夫とともにパリに住むこととなったジュリアは、食いしん坊が高じてパリの名門「ル・コルドン・ブルー」で本格的にフランス料理を学び始める。包丁の持ち方もままならなかったが、愛する夫の支えと持ち前の明るさ、努力で次々と料理を習得。その後、苦労と困難な道のりの末に524のレシピにまとめて出版。食の力と自分自身の夢を信じたジュリアのレシピは、今もアメリカの人々を幸せにしている。そんなジュリアのレシピが、現代のニューヨークで、派遣社員のOLとして冴えない毎日を過ごすジュリー・パウエルの人生にも大きな影響を及ぼす。作家になる夢に敗れ、生き方に迷っていた彼女は、30歳になる前に何かを成し遂げようと、憧れの料理家ジュリアの524のレシピを365日で作ることに挑戦、その日々をブログで綴り始める。そのブログはいつしか大評判に。ジュリアと同じように夫の愛に支えられながら、料理と自分の力で夢を実現させていくジュリーの姿に自分を重ねあわせ、爽やかでポジティブな気持ちになれる。実はジュリーも実在の人物。ブログの成功で、作家になる夢を果たし、映画にもなったのだからすごい！

MUSIC

Monthly pick up artist

Chara

取材・文／永堀アツオ

〝心の中にある言葉とメロディを
勇気をもって
惜しみなく伝えていきたい〟

愛に生きる力をくれる人と人の心を結ぶ音楽

——12月9日に発売されるニューアルバム『CAROL』のタイトルにはどんな意味が込められてますか？

「キャロルっていう言葉には、歓びの歌っていう意味もあるのね。このアルバムを作る前に、ライブでお客さんからたくさんのパワーをもらったんですよ。歌う歓びとか、音楽を続けていく勇気ももらった。そこで、初心に戻ったっていうのかな。もともと音楽は好きだったけれど、やっぱり音楽が大好き！　っていう感じで制作に入れたんですよね」

——クリスマスキャロルのキャロル？

「そうですね。あと、〝キャロル〟というのは、私のなかに存在する陽の部分でもあって。別に名前をつける必要はないんだけど（笑）、キャロルちゃんというという陽の女のコがいる一方で、リリコちゃんという、どちらかというと陰の要素を持った女のコもいて。キャロルは、〝みんなは愛のそばにいるんだよ〟って歌ってるんだけど、リリコは自爆型で（笑）。私が〝幸せになりたいから自爆するのはもう嫌よ〟っていうと、リリコは、〝ほんとに!?〟っていうのね。キャロルとリリコは、背中合わせで存在してる同じ人物で、顔がキャロルで心がリリコのときもあるんだけど、私にとっては、陰と陽のバランスをとってくれてる存在ですね」

——今作は、キャロルとリリコが「愛ってなんだろう？」「理想ってなに？」と会話をしてるような印象を受けました。

「私はこう思うけど、あなたはどう思う？　っていう問いかけが多いかもしれないですね。昔はそういう歌詞が多かったんですよ。今回は11枚目っていうこともあるし、いろんな意味でリセットされて、初期の頃に戻ったような言葉選びをしてるなって思いますね」

——改めて、愛とはなんでしょうか？

「私もまだ生きてる途中なので、はっきりとはいえないんですけど、いろんな経験を重ねてきた今、やっぱり技術かなって思うんですよね。私が影響を受けたエーリッヒ・フロムの著作『愛するということ』にも、〝愛は技術である〟って書いてあって。技術というのは、心の中にある愛を伝えるために知識や努力も必要だってこと。私自身、ひと回り経験してきたところで（笑）、自分の心の中にある言葉とメロディを、勇気をもって、惜しみなく伝えていきたいなって思ってる。だからなのか、今回はほんとの私というか、自分らしさがすごく出てる気がしてて」

——自分らしさというのは？

「私は、〝ガーリー〟っていう言葉がすごく大事だなって思ってるのね。日本で使われてる〝ガーリー〟は、ちょっと意味が微妙で、未熟なとか、少女的なっていう使われ方をしていると思うんだけど、本来的には、たとえばおばあちゃん

に使う言葉なのね。だから、いまの私が思う〝ガーリーさ〟というのは、おばあちゃんになっても新鮮さを失わずに、生命力を感じる音楽を続けていくことかなって思ってる。続けるっていうことは簡単なようで意外と努力もいるんだけれども、絶対に続けたいし、Charaの音楽を聴いて、その時は意味がわからないとしても、想像したり、妄想したり、空想したり、イメージをわかせてもらえたらいいなって思いますね」

Information

『CAROL』
¥3,600（初回盤）
¥3,000（通常盤）
12／9発売
ユニバーサルミュージック

思春期をテーマにした前作『honey』から1年6カ月ぶり11枚目のアルバム。アニメ『君に届け!』の主題歌「片想い」ほか全12曲収録。

Profile

チャラ●1968年1月13日　埼玉県生まれ。91年にシングル「HEAVEN」でデビュー。07年9月にベストアルバム「Sugar Hunter」をリリース。来年2月からは全国16カ所に及ぶライブハウスツアー「breaking hearts　Tour 2010」を開催予定。

Monthly Recommend

EXILE

取材・文／木村由理江

才能豊かな7人が加わった新しいEXILEの魅力が満載！

3月に新メンバー7人が加入し、一気に14人になったEXILE。迫力と男臭さが増した彼らだが、2年ぶりの新しいアルバム『愛すべき未来へ』から伝わってくるのは優しさや温かさ。クールに見えて実は愛にあふれているところが、EXILEの魅力なのだ。

「〝新生EXILE〟としての初めてのツアーで僕らを温かく迎えてくれたファンのみなさんへの感謝の気持ちと09年に新たに掲げた〝EXILE GENERATION〟は間違ってなかった、未来につながる1年になったという確信の気持ちがアルバム収録された15曲はどれもたくさんのデモ曲の中から厳選されたメンバー一押しの曲。TAKAHIROが「代表曲のひとつになると思う」と話す『Heavenly White』など冬にぴったりなバラードにたっぷり浸りつつ、TAKAHIROが等身大な言葉で素直な想いを言葉にした『Your Smile』を含むキャッチーな曲やEXILEらしい骨太なダンスナンバーで盛り上がれるアルバムになっている。

「才能豊かな7人が加わった〝新しいEXILEの魅力〟とデビューの頃から培ってきた〝変わらないEXILEらしさ〟を楽しめるはずです。ATSUSHIさんのソロ曲やNESMITHさんとSHOKICHIと一緒に4人で歌ったバラードもあるので、EXILEの新たな表現の可能性も感じてもらえると思います」

アルバムには〝EXILE statement〟も添えられている。EXILEがこれまでも様々なエンターテインメントを通して伝えてきたテーマや信念、そして〝EXILE GENERATION〟について詳しく書かれたもの。〝愛すべき未来へ〟向けた、彼らの意志表明であり誓いでもある。

「単純に作品を楽しんでもらえたらそれがなによりです。それが僕らの自信につながりますから。そのうえで周りの人を思いやる気持ちになってもらえたら、もっと嬉しいですね」

Information

『愛すべき未来へ』

¥5,980（初回生産限定盤）
¥5,040（CD+2DVD）
¥3,059（CD）
12/2発売　リズムゾーン

約2年ぶりのオリジナルアルバム。日本レコード大賞を受賞した「Ti Amo」から最新シングル「ふたつの唇」まで全15曲を収録。

Profile

エグザイル●14人組のヴォーカル&ダンス・ユニット。音楽に留まらず、雑誌・アニメ・劇団・俳優・アパレルなど各メンバーがそれぞれ幅広く活躍中。10月にはLIVE DVD「EXILE LIVE TOUR 2009 "THE MONSTER"」が発売されたばかり。

New Disk

『What's flumpool!?』

flumpool

CMソングとなった「見つめていたい」「フレイム」を含む全16曲が収録されたファーストフルアルバムが遂に完成！ CD収録時間限界の80分に破格のプライスで納得の一枚に。

¥2,480（通常盤）　12/23発売
A-Sketch

『エコー』

レオナ・ルイス

デビューアルバム『スピリット』が世界で大ヒットしたレオナ・ルイスのセカンドアルバム。自身も数多くのソングライティングを手がけるなど、前回を凌ぐ最高の仕上がりに。

¥3,360（限定盤）、¥2,300（限定盤）　11/25発売
ソニー・ミュージックジャパンインターナショナル

「PRESENT」

JUJU

自身の下積み時代の経験を生かし、未来へ希望の光を灯すような楽曲を作りたいという強い想いが込められた渾身の一枚。挫折や失望の中からも生きる勇気が感じられる感動作。

¥1,223（通常盤）　11/25発売
ソニーミュージックアソシエイテッドレコーズ

『my life』

alan

CM曲や映画の主題歌などタイアップ曲を含む全14曲を収録。タイトルどおり自身のマイライフを表現したアルバムは、作詞に矢井田瞳や古内東子を迎えますます充実した内容に。

¥3,990（限定盤）¥3,150（通常盤）
11/25発売　エイベックス

『JUST BALLADE』

MISIA

大ヒット曲「逢いたくていま」「銀河」「約束の翼」など、収録曲のほぼすべてがタイアップというこの冬最大の話題作。オリジナルとしては約2年ぶりとなる超豪華バラードアルバム。

¥3,990（限定盤）、¥3,059（通常盤）
12/16発売　アリオラジャパン

『One』

Lil' B

20万枚を売り上げた『今、キミへ…』に続くニューアルバムが到着。等身大の恋する女のコの気持ちをリアルに表現した歌詞や、切なくもキャッチーなメロディは必聴。

¥3,500（初回限定盤）※他2種類発売
12/9発売　デフスターレコーズ

Closed up

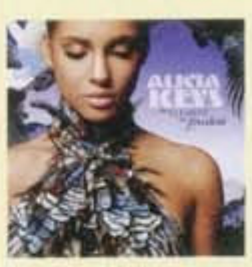
ALICIA KEYS

アリシア・キーズの新作アルバムが遂に完成しました！

幼少期からピアノを学び、抜群の歌唱力と演奏力をもつ、アリシア・キーズ。シンガー・ソングライターとしてはもちろん、多彩な才能を持つ彼女は、プロデューサー、パフォーマー、エンターテイナーとしても活躍する唯一無二のスーパーアーティスト。そしてこの冬、遂に全世界で600万枚以上のセールスを記録した前作『アズ・アイ・アム』に続く、待望の最新アルバムが完成！ 1時間おきにオンエアするラジオ局が続出するほど、すでに大反響を得ているシングル「ダズント・ミーン・エニシング」を含む、全14曲が収録された『エレメント・オブ・フリーダム』は、まさに5作目にふさわしい一枚。ますます、パワーアップした彼女に大注目です！

Information

『The Element Of Freedom』



¥2,310　12/16発売
ソニーミュージックジャパンインターナショナル

9月に発売されたシングル「ダズント・ミーン・エニシング」を含む、全14曲を収録。国内盤はさらに、ボーナストラック2曲を収録予定。

Profile

1981年生まれの28歳。7歳からピアノをはじめ、クラシックからジャズまで幅広く学ぶ。2001年「ソングス・イン・Aマイナー」でデビュー。前作『アズ・アイ・アム』は、全世界で600万枚以上のセールスを記録し大ヒット

蝴蝶网
hudie.com

乾燥が気になるこれからの季節。
スキンケアでも保湿重視のケアを心がける一方、
ベースメイクでもうるおい重視を考えたいもの。
コレひとつで乾燥対策もバッチリの
ベースメイクの基本が完成する、
便利なアイテムをご紹介します♪

撮影／梶田麻矢（小笠原事務所）

慧美网
vimee.net

smooth erase EXシリーズ

スムースイレース EXシリーズ

読モの間でも大流行のBBクリーム。保湿もでき、カバー力もあるからファンデーション代わりにも使えて、メイクが苦手な人でもトライしやすいアイテムでもあります。パッションニューヨークディヴィジョンの「スムースイレース EXシリーズ」のBBエッセンスクリームは、初めてBBクリームを使う人でも簡単、キレイに仕上がると評判！ 化粧水のあと、下地なしで使えて毎日のベースメイクが楽チンになること間違いなしなので、まだ使ったことのない人はぜひ試してみてね！

今だけお得な限定ミニサイズ発売中!!

約60回使えて、旅行にも便利なミ ニサイズが登場！ スムースイレースEX BBエッセンスインクリーム 限定ミニサイズ 12g¥840／パッションニューヨークディヴィジョン

「パッケージはこんな感じ！」

スムースイレースEX BBエッセンスインクリーム
37g ¥1,890／パッションニューヨークディヴィジョン

お問い合わせ先
パッションニューヨークディヴィジョン 0120−501−150

S SEAT January

steady.
イチオシブランドの
新作アイテムを
クローズアップ

クリスマスも目前!
華やかなコーディネイトのカギになるアイテムはたくさんあるけど、
足もとからおしゃれを始めるのがオススメ!
今の季節なら冬らしい素材やビジューづかいなど、
シーズナルなモチーフ選びも楽しい!

撮影/梶田麻矢(小笠原事務所)

JELLY BEANS
シェリービーンズ

パンプスはいくつあっても選ぶのが楽しい、乙女心をくすぐるファッションアイテム。お洋服がモノトーンに偏りがちな冬は、小物からアクセントになるアイテムをセレクトしてみては? ジェリービーンズのパンプスは、バリエも豊富で女のコらしいキュートさにあふれたものばかり。値段もうれしいプチプラだから、色違いや素材違いで揃えてもGOOD! 足もとから、冬のおしゃれガールを気取っちゃいましょ❤

(左から) ピンクサテン地パンプス ¥7,245
パンプス¥6,195/ともにル・キオネ(ジェリ
ビーンズ) ビジューつきライトグレーパンプ
ヒョウ柄パンプス 各¥6,195/ともにジェリ
ビーンズ(ジェリービーンズ)

お問い合わせ先
ジェリービーンズ 0120-202-1

慧美网

蝴蝶网
chudie.com

チェックしておきたいNEWSなアイテムを毎月お届け!!

Fashion News

年末のイベントがもりだくさんの楽しみな季節。いろんな人にあう時期だから、ほめられるおしゃれを目指して毎日ブラッシュアップ♥

*バッグのサイズはタテ×ヨコ×マチをH×W×Dで表記。靴のヒールの高さはH○で表記しています。単位はすべて㎝。（編集部計測）　撮影／深瀬典子

2 ✧

…でもオフでも
…躍の
…ンローザのバッグ

…ら）メッシュ風のコロンと…
…は、お仕事服にも意外にぴ…
…×W37×D14】¥8,400、大…
…ィングトートは大きめサイ…
…がバツグン。【H24×W32×D13】
…／ともにルビンローザ☎03-347…
…8

4 ✧

ジンズのおしゃれアイウェアで個性を演出!

（上から）サイドのテンプルのスタッズがちょっぴりロック。ブラウンとパープルで印象が違うので、スタイルにあわせて選べます。各¥7,990※レンズ代込み、人気のセルフレームをキルティング風加工。ブラウンでクラシックに、フェミニンなコーデにもあうデザイン。¥7,990※レンズ代込み／すべてジンズ（ジンズ原宿店）📞0120-588-418

1 ✧

遊び心のあるキュートなピンカールのラインナップ♪

（左上から）一見シンプルなニットだけど、背中にはリボンがついていてキュート♥¥7,980、流行のチュールスカート風のミニ。レース素材だからフェミニンに。¥4,935、ラメのボーダーが入った白いニットワンピはピュアな印象になれそう。¥6,930／すべてピンカール📞0120-282-337

3 ✧

スウィーナ by アース ミュージックで大人のカジュアルを

（左から）ブルーグリーンのコクーンワンピは着るとシルエットが可愛い♥ ¥14,994、クラシカルなチェックのスカートは、プレッピーな着こなしで活躍しそう! ¥11,991／ともにスウィーナ by アース ミュージック（アース ミュージック&エコロジー スーパー プレミアム ストア六本木ヒルズ店）☎03-5770-5050

慧美网
vimee.net

5 ✧

楽カワニットブーツはケイカでチェック☆

楽チンなのに可愛いニットブーツ。今年のトレンド・ショートブーツに注目です。（左から）ざっくりめの編み目がカジュアルコーデにマッチ。【H9㎝】¥16,000、コンサバなスタイルなら定番のタイプがオススメ。【H7㎝】各¥16,000／すべてケイカ（ケイカ コーポレーション）☎078-731-0140

7 HbGなら、キュートなバッグ&小物か何でも揃う!

(左から) 人気キャラクター"キャメろん"が印象的なフェイクムートンのビッグサイズトート。裏側は無地なので、可愛くも大人っぽくも持てちゃいます。【H36×W30×D10】¥10.290、小さなサイズのコスメポーチは、ミニバッグにインして連れて行って♥【H4.5×W12×D9】¥6,300／ともにHbG☎03-5467-2995

6 ガーリーカジュアル派のパンプスならエル プラネット

(左から) 白とベージュのやわらかカラーときゃしゃリボンで足もとも軽やか。【H6cm】¥3,990、キャメルカラー×ラウンドトウは何にでもあう優秀デザイン♪【H6cm】¥3,990／ともにエル プラネット (チヨダ インフォ) ☎03-5572-6757

9 アニエスベー ボヤージュのab♥は小物も可愛い♪

この秋から登場したab♥のロゴが、小物でも登場。外見は黒でシックに、中はプリントで可愛く、使うだけで気分が上がるはず♪ (左から) ロングウォレット【H10×W19×D3】¥18,900、ウォレット【H14×W9.5×D3】¥16,800／ともにアニエスベー ボヤージュ (アニエスベー) ☎03-6229-5850

8 グラシアなら、トレンドアイテムをうれしいプライスでゲッ

(左から) 1枚は持っておきたい人
ドッキングワンピは、ホワイト×ブラ
の王道を! ¥3,450、オフィスコーデ
躍するブラウスのようなプルオーバ
アクセサリー付き。¥1,990／グラ
(ハニーズ) 0120-977450

10 毎日のオフィスコーデも、デートでのおめかしもテチチでバッチリ☆

(左から) シフォン素材がひらひら揺れて女のコらしさをアップしてくれるミニバッグ。¥8,295、ワンピースのうえに羽織りたい、ホワイトのガーリーなAラインコート¥19,950、何でもあうボーダーのカーデは、胸元のリボンがポイント。¥6,825、パープルの小花柄スカートはモノトーンコーデのアクセントに。¥8,295／すべてテチチ (キャン) 0120-112-961

vimee.net 蝴蝶网 hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

標準学習期間

ラーコーディネート 6カ月

いろな仕事で活かせるカラーの知識

れな人必見のカラー。ショップの店員になるに
刂だし、デザイン、美容師やネイルアートでも活か
自分に似合う色もわかるから、ふだんの生活でも！

んな
ろで！
- アパレル・メイクのショップ
- ネイルサロン
- デザイン関係

転職 独立フリー 生活 趣味

ボールペン字 6カ月

字がきれいだと、印象も評価もアップ！

そろそろ丸文字や子どもっぽい字とはサヨナラしたい。きれいな字の人は少ないだけに、知的で好印象。1日たった20分の楽しいレッスンで、字の印象が変わります。

こんなところで！
- 履歴書で好印象
- オフィスで評価アップ
- 「知的で素敵」にイメージアップ

就・転職 生活 趣味

医療事務 6カ月

結婚しても働きやすい、女性に人気の仕事

ドクターやナースと一緒に病院で働ける仕事。保険診療の計算をして書類を作ります。受付も。全国で働けるし、時間がわりと自由になるので、結婚しても働きやすい！

こんなところで！
- 全国の病院・個人医院
- 医療事務派遣会社

就・転職 バイト

行政書士 6カ月

マイペースで生涯働きたいなら、独立開業も！

将来は自分のペースでずっと仕事したい！という人に人気の、独立開業型資格。役所に提出するいろんな書類の作成や手続きを代理する仕事です。比較的少資金で開業OK。

こんなところで！
- 独立開業！
- 企業の総務部門でも

就・転職 独立フリー 安定収入

歯科助手 5カ月

結婚しても働きやすい、アクティブで楽しい仕事

歯科医のアシスタント。器具の整理や診療のお手伝い、受付や保険診療の書類作成などをします。比較的求人も安定し、時間も規則的で働きやすい仕事。結婚してもできます。

こんなところで！
- 全国の歯科医院
- 休日診療や夜間診療の歯科医院でアルバイトも

就・転職 バイト

簿記（3級・2級） 4·6カ月

女性が長く働ける専門スキルとして安定人気！

どんな会社にも必要な経理のスキルが簿記。会社のお金の動きを記録する仕事です。安定した仕事だから、結婚して辞めても再就職しやすいし、将来にわたって安心。

こんなところで！
- 会社や商店の経理部門
- お店でも
- 自営やフリーなら必要知識

就・転職 昇進昇給 生活

信講座おすすめカタログ

U-CAN 生涯学習のユーキャン

仕事につながる 暮らしが豊かになる

資格・特技 46選

自分が望む仕事をしたい、今の暮らしをより輝かせたい、という願いを実現させるのが、資格や特技。履歴書に書いて採用の切り札にしたり、身につけた知識をきっかけに交流の輪を広げたり。あなたもチャレンジしてみませんか？

ユーキャンなら…

初めてでも安心！ ビギナーにもわかりやすいテキストと、とことん親切な指導&サポートで、ゼロからのスタートを応援します。

忙しくても大丈夫！ 学校の空き時間やバイトの後で… 自宅で好きなときに好きなだけ、マイペースでできます。

おサイフに優しい！ スクールに比べて、学費が手頃。分割払いを利用すれば、おこづかいの範囲内で気軽に自己投資できます。

少しでも興味がある講座を見つけたら、まずは左のハガキで**無料の資料請求**を！

慧美网
vimei.net

護事務 4カ月

に人気！

介護福祉施設などでは、認定証があれば採
面で有利に。現場で役立つスキル&知識が
で身につく！

んな
ろで！
- 全国の老人ホーム
- 訪問看護ステーション

転職 バイト

保育士* 12カ月

子ども好きのあこがれ。やりがいいっぱい！

子どもが好きなら、やっぱり目指したい保育士。責任もあるし体力も必要だけど、かわいい子どもたちに囲まれて、楽しくやりがいあり！ニーズも上昇中で将来性も○！

こんなところで！
- 保育所など児童福祉施設
- 企業や施設の託児所
- ベビーシッター

就・転職 生活

ケアマネジャー* 3·6カ月

介護が必要な人をトータルマネジメント

医療・福祉・介護系の現場で働く人のステップアップにぴったりです。まだまだ人手不足で、ニーズの高い存在。あなたの活躍が望まれています。

こんなところで！
- 介護保険施設・サービス業者
- 市町村・一般病院・診療所
- ホームヘルパー派遣会社

就・転職 昇進昇給 安定収入

れている講座内容は予告なしに変更する場合がございます。 ■修得の度合いや速度には個人差があります。

インテリアコーディネーター 8カ月
インテリア好きに○。女性の感性が活かせる!
家やお店の内装をトータルにコーディネート。個人宅だと主婦の意見が大きいから、女性コーディネーターはセンスが活かせて有利。経験が財産だから、結婚しても○。
こんなところで! 建築会社 住宅・家具メーカー 雑貨やインテリアショップ
就・転職 昇進昇給 独立フリー 安定収入 生活

ファイナンシャルプランナー 6カ月
実生活にもいろいろ役立つお金の知識
個人のライフプランをお金の面からアドバイスする専門家。金融・保険業界への就職も有利に! 自分の夢の実現に必要なお金の知識も身について、何かとおトクです。
こんなところで! 銀行、金融、保険業界 自分のマネープランにも!
就・転職 昇進昇給 独立フリー 安定収入 生活

旅行業務取扱管理者 4・8カ月
旅行好きな人にピッタリの人気資格!
旅のあらゆるシーンでお客様をサポートするスペシャリスト。旅好きで、旅行業界で活躍したい人にオススメ。「国内」と海外旅行も扱える「総合」の2種があります。
こんなところで! 旅行会社・代理店 プライベートの旅でも
就・転職 昇進昇給 生活 趣味

宅建取引主任者 6カ月
不動産業界で若くても活躍できる
不動産業界で高い評価の資格。就職にも有利で、資格手当が付く会社が多いのも○。アパート・マンション暮らしの人なら、物件契約時にも知識が役立ちます。
こんなところで! 不動産会社、建築関係 銀行、保険など金融業界 自分の不動産購入やお部屋の契約時に
就・転職 昇進昇給 独立フリー 安定収入

心理学入門 6カ月
自分の魅力を見つけてもっとハッピーな毎日
心理テストで新たな自分を再発見。心の動きを知れば、ポジティブな考え方が身についてもっと毎日が楽しくなります! 身近なテーマにそって学んでいくやさしい入門講座。
こんなところで! 人付き合いに○ 自分に自信がつく
生活

調剤薬局事務
年々受験者が増えている注目の
レセプト作成をはじめとし、受付・電話応対な
師をサポートする事務全般。まさに調剤薬局の
医薬分業が進み、技能者への期待が高まっ
こんなところで! 全国の調剤薬局 ドラッグストアでも
就・転職 バイト

管理栄養士* 10カ月
みんなの健康を守る「食」のエキスパート
病人や高齢者などの健康状態にそったアドバイスや栄養指導を行うスペシャリスト。病院や福祉施設などで幅広く活躍できます。ますますニーズが高まる国家資格。
こんなところで! 病院、学校 福祉や行政の施設
就・転職 昇進昇給 独立フリー 安定収入 生活

社会保険労務士* 7カ月
就・転職、昇進・昇給の切り札に! 独立も有望
保険や年金、労務管理の専門家。企業内では労務・総務部門などで活躍! 企業活動に不可欠なスペシャリストで、ニーズが高い有望資格。独立開業する女性も増えています。
こんなところで! 独立開業! 企業の人事でも
就・転職 昇進昇給 独立フリー 安定収入

販売士 4・5カ月
あこがれのショップで働くのにも役立つ資格!
ショップやデパートの店員に役立つ資格。接客マナー&販売スキルが身につく!活躍の場が広がり、昇給やキャリアアップも期待できる。仕事をする自信にもなります!
こんなところで! ショップやデパート 接客のある仕事ならなんでも
就・転職 バイト

介護福祉士* 6カ月
人の役に立てて、やりがいの大きな仕事
高齢者等の介護をする、人の役に立てる仕事です。超高齢社会の到来でニーズが上昇中。今は介護のスペシャリストが求められています。資格を取ると職場での評価がアップ。
こんなところで! 老人ホーム・病院 在宅介護支援センター デイサービス・ホームヘルプサービス
就・転職 昇進昇給 生活

速習筆ペン 6カ月
美しい筆ペン字ならいろいろなシーンで自信が持てる!
筆ペンできれいに書ける人は少ないから、目立つし尊敬される! フォーマルな場も堂々とこなせます。なぞってマネてやさしく上達できるレッスン。
こんなところで! 結婚式の記帳や祝儀袋 お礼状など、改まった手紙 年賀状で!
生活 趣味

英会話
ペラ ペ～ラ ABC
英語が話せるとオン・オフともに
いまどきやっぱり英会話くらい身につ
海外旅行を楽しんだり、外国人の
作ったり。仕事で活かせる機会だ
はず。CDを聴いて答える楽しいレッ
こんなところで! 海外旅行がもっと楽 外国人のお客様の
生活 趣味

料理 8カ月 初心者でもおいしく作れるコツがわかる! 一人暮らし 結婚生活	**POPデザイン** 6カ月 お店を楽しく演出。売上貢献で喜ばれる! スーパーやコンビニで	**手話入門** 3カ月 交流の輪が広がって充実した毎日に。 サークルで 地域のボランティアで	**TOEIC®テスト**(注1) 3・4カ月 500～730点突破の英語力が磨かれます! 就活や海外勤務のアピールに 昇給や昇進に	**話し方** 1日15分のレッスンで、上手な話し方が 人前でのスピーチ 面接・日常生活
楽しいボールペン字 10カ月 早く上達を実感できる、ひらがなからのレッスン。 あらゆるシーンで	**調理師*** 6カ月 お料理好きに楽しい仕事。お店を持つ夢も! レストランなど飲食店 自分でお店の夢も!	**マイクロソフト認定資格(MOS・MCAS)** 1・4カ月 オフィスの仕事に、必須の技能を資格で証明。 会社の事務 派遣登録でも時給アップ	**漢字検定** 6カ月 漢字に親しみながら検定合格の力が養えます。 オフィスで信頼度アップ	**福祉住環境コーディネーター** 超高齢社会に注目の、住環境整備のス 建築・住宅の会社 介護の現場
NEW **証券外務員(二種)** 3カ月 実務経験・受験資格が一切ないマネー資格。 金融機関 証券会社	**日商PC検定(3級)** 2・3カ月 オフィスで役立つパソコン技能を証明する資格! オフィスで評価アップ 就活でのアピールに◎	**童話** 12カ月 私塾感覚で夢あふれる童話が楽しく作れます。 童話コンクールに応募!	**気象予報士** 8カ月 初歩から学んでお天気のスペシャリストに! マスコミの他、観光、流通業界などで	**点字・点訳入門** 初心者でもやさしく習えるから安心! 点字ボランティアに参加 点訳者への
NEW **サービス介助士(準2級)** 4カ月 あなたのホスピタリティの心が形になる資格。 日常生活の中で 超高齢社会での知識として	**通関士** 6カ月 世界を相手にバリバリ活躍してみたい人に。 通関業者、商社など	**書道** 12カ月 今度の年賀状はあなたもぜひ美しい毛筆で! 一生の趣味に! 結婚式の記帳や祝儀袋	**中小企業診断士** 14カ月 経営コンサルタントとして唯一の国家資格。 企業の企画・マーケティング部門 独立開業!	**賞状書法** 美しい賞状が正式に書ける! 役に立つ 宛名書き、祝儀袋の表書き、手紙 学校
司法書士 15カ月 社会に密着した法律家。受験者も増加中!	**校正** 6カ月 を重ねて実力アップ、全国共通のスキル。 職場での文書校正にも	**ヨガ&ピラティス** 6カ月 話題のレッスンが自宅で気軽に楽しめる! 健康的な充実ライフに!	**英語翻訳** 6カ月 翻訳のテクニックをやさしく楽しく習えます! 出版・映像関連業界 フリー、派遣で	**ビーズアクセサリー** ステキなアクセサリーが気軽に作れ オリジナルのアクセサリー作り

This product is not endorsed or approved by ETS. ＊印の資格は、受験には実務経験や学歴、実技講習などが必要になります。詳しくはお届けする案内資料でご確

案内資料を無料でさしあげます
右のハガキを今すぐポストへ!
ご希望講座の案内資料は、お申込み後10日前後でお届けします。

●インターネット、お電話でも資料請求OK!
パソコン&携帯 (iモード、EZweb、Yahoo!ケータイ)から
www.u-can.co.jp/m9126
通話料無料 携帯・PHSからもOK
0120-314-888 (6時～22時)
※環境によっては、読み取れない場合がございます。

生涯学習のユーキャン
〒169-0075 東京都新宿区高田馬場4-2-38

慧美网 vimee.net
蝴蝶网 hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

人気モデルみっこのスマイルな毎日を綴る新連載♥ 連載 vol.01

みっこのSmile☺Days

steady.看板モデル"みっこ"の、待望の新連載がスタート!
読者にも大人気のプライベート服とともに、みっこの写メで
パシャパシャ撮ったお気に入りの毎日をお届けします。

撮影/角田明子　モデル/矢野未希子
ヘア&メイク/奥平正芳(CUBE MANAGEMENT OFFICE)

Private Fashion♥

"この連載では等身大のみっこをいっぱいお届けしていくよ♪"

みっこをつくる5つのKeyword

すべてに対して一生懸命なみっこ。そんな彼女の日常の中で、スマイルの源になる5つのキーワードをご紹介♪

気分が明るくなる柄ワンピは大好き!

帽子マニア。今はベレー帽にハマリ中

「洋服はあまり食わず嫌いをしないかも。とりあえず色々着てみてから、自分に似合うモノを見つけていくよ。おしゃれにはチャレンジ精神も大切!」

Keyword 1

Fashion

みっこの私服

今日の私服のテーマは「ガーリーロック」!

「トレンドのロックテイストも、そのまま着ると男のコっぽくなりがち。だからみっこは、そこにガーリーさをプラスしてスタイリングします。たとえば今日も、足もとはハードに、でもワンピとチェーンバッグで女のコらしさをミックス♪」

Profile

本名・矢野未希子。1986年12月4日生まれのB型。みっこの愛称で親しまれるsteady.のスターモデル。愛くるしい表情と親しみやすい性格で、読者からだけでなくスタッフからも大人気!
http://ameblo.jp/mkgirl/

慧美网
vimee.net

Open! “お気に入り小物が詰まった、愛用のシャネルバッグの中身”

Keyword ★ 2

Goods

持ち物たち

花柄小物大好き! ついつい買っちゃいます

「デジカメポーチは青山の雑貨店で購入。キーホルダーはキャス、ティッシュケースはカーリーコレクションです」

Keyword ★ 3

Friend

友達

モデルの菅原沙樹ちゃんは大親友です♥

「steady.モデルの沙樹ちゃんとは大の仲良し! 最近は二人で韓国旅行に♥ こちらの写真はそのときのもの」

Keyword ★ 5

My Room

お部屋

プライベート空間は白とウッドを基調に

「ドレッサーまわりは白で統一。お気に入りのダイニングテーブルはunico。お部屋に花を飾るのも大好き」

Keyword ★ 4

Gulem

グレム

我が家のアイドル、グレム君をご紹介!

「あまりにも可愛くて一目ぼれして飼い始めたロングヘアーチワワのグレム。ただ今、しつけに苦戦中です(笑)」

みっこ's HISTORY

★現在

初表紙は本当にうれしかった☆

2008年の7月号では初めて表紙を飾りました! これからも、みんなに愛されるモデルを目指して頑張ります♥

『steady.』創刊号で海外取材に行ったときの1枚。もう創刊から3年も経つんですね!

19歳

18歳

雑誌『teengirl』でモデルだった頃。このポラが大好きで、大切に保管しています♥

まだ黒髪だった、高校生の頃。大阪から通いながらモデルのお仕事をしていました。

16歳

2歳

2歳8か月の頃。男のコに間違われるほどやんちゃでした。パッツン前髪が印象的(笑)。

蝴蝶网 hudie.com

愛読者特典

1. ホテルでのご利用代金
すべて20%OFF
宿泊、ご飲食、マッサージ、アロマトリートメント、お土産など、ホテル館内で発生するすべての料金を20%OFFでご提供。

2. **ウェルカムドリンクでお迎え**
「やまももジュース」「スパークリングワイン」のいずれかを無料でご提供。

3. **スペシャルスイーツをサービス**

4. **1時間のアーリーチェックイン、レイトチェックアウトが無料**

5. **InRed（宝島社）×Panasonicコラボの電動アシスト自転車「A.girl's」貸出し無料**

モデルプラン
たまには豪華に！ ボディケア付き
有給消化♪ 女子2人の平日癒し旅

ご利用料金（大人2人分）	通常価格		特別価格	
宿泊料金（本館ツイン2食付）	36,960円	→	29,568円	7,392円お得
赤ワイン フルボトル	3,675円	→	2,940円	735円お得
アロマテラピー（ボディコース40分）	12,000円	→	9,600円	2,400円お得
2人分合計	~~52,635円~~	→	**42,108円**	10,527円もお得です！

※平日＝月～木（祝日、祝前日、特別料金期間を除く） ※上記料金はサービス料10%、消費税込となります。
※別途お一人様あたり、入湯税150円を申し受けます。

ホテル海 〒413-0231 静岡県伊東市富戸字花生場1214-1
TEL:0557-51-0393

「ホテル海」とは…

客室、野天風呂、すべてがオーシャンビュー。自然に囲まれた全15室のゆとりあるホテル

4500坪の広い敷地にわずか15室。海沿いの静かな空間で、贅沢なひとときをお約束。全室にウッドデッキ付きです。お食事は、伊豆でとれた新鮮な魚介を中心とした和食コース。アロマテラピーなども受けられる、極上の癒し空間です。

予約電話番号
受付時間 9:30～18:00
0557-51-0393
ご予約時には必ず「steady.愛読者プラン」とお伝えください。

パソコン、携帯からもご予約いただけます。

PC（steady.ホームページ）
http://tkj.jp/steady

携帯からはこちら！
http://tkj.jp/umi/steady

こちらのご利用券を切り取って
ご宿泊当日にご持参ください。

steady.愛読者プラン ご利用券
ご利用期間：2009年12月7日～2010年4月末日まで

steady. 10年01月号

Present steady.
1月号のプレゼント

アニエスベー ボヤージュ
agnès b.VOYAGEの限定商品を 11名様にプレゼント♥

クリスマスを記念して、steady.読者の憧れブランド、アニエスベー ボヤージュから、スペシャルなプレゼント!! 大人気abハートシリーズの新作を盛りだくさんでお届けです！

撮影／中村圭介　※バッグのサイズはタテ×ヨコ×マチをH×W×Dで表記。またポケットの数は【内○外○】と表示しています。サイズはすべてcm（編集部調べ）。

abハートの キャンバストートバッグ

キュートなハートと大きなロゴがポイント。使いやすいキャンバス素材が◎。

A (1名様)
真っ赤なハートがアクセント。(22×27×15)【内2外2】¥7,350／アニエスベー

B (1名様)
ブラックの大きめサイズのキャンバスバッグ（29×35×16）【内2外2】¥8,925／アニエスベー

C (1名様)
コロンとしたキューブ型が可愛い。(22×27×15)【内2外2】¥7,350／アニエスベー

エンボスシリーズ トートバッグ

スタイリッシュな印象のエンボス。エナメルやシャイニータイプはコーデのアクセントに最適です。

E (1名様)
ブラックのエナメルミニボストンバッグ（20.5
34×14）【内4外1】¥13,650／アニエスベー

F (1名様)
ゴールドのメタリックミニボストンバッグ（20.5
34×14）【内4外1】¥13,650／アニエスベー

G (1名様
シルバーの大きめサ
ズのトートバッグ（29×
6×15）【内4外1】¥1
650／アニエスベー

H (1名様)
ピンクのトートバッグ（25×29×14）【内4外1】¥11,550／アニエスベー

バッグにつけて♥ ゴージャスチャーム

シンプルバッグにつけるだけで、特別仕様に。大きめバッグにつけても存在感ありです。

D (4名様)
高級感のあるキュートなチャームは人気商品のひとつ。¥3,675／アニエスベー

問アニエスベー
☎03-6229-5850

steady.の定期購読を始めませんか？

○ 毎号発売日に合わせて配達します
○ 特別定価号も通常価格でお求めいただけます
○ 売り切れの心配がありません

今すぐお申し込みを
［お申し込みの方法］
PCから▷▷▷http://www.fujisan.co.jp/steady.
モバイルサイトから▷▷▷http://www.fujisan.co.jp/m/steady.
年間購読料7,968円（1年間12冊・送料込）
半年間購読3,984円（6ヶ月間6冊・送料込）
各誌年間購読のお申し込みは雑誌のオンライン書店Fujisan.co.jpとなります。
お申し込みはFujisan.co.jpの利用規約に準じます。

プレゼントの応募方法はこちら！ 1/6〆切

このページで紹介したアイテムをプレゼントいたします！ 応募方法は、宝島社のアンケートサイトをご確認の後、行なってください。バーコード対応の携帯電話をお持ちの方はQRコードを読み取る方法で応募ができます。また、パソコンの方や、バーコード非対応の携帯電話をお持ちの方は、以下のURLよりアクセスしてください！

*雑誌公正競争規約の定めにより、この懸賞に当選された方は、この号のほかの懸賞に当選できない場合があります。また、当選者の発表はプレゼントの発送をもってかえさせていただきますので、予めご了承ください。

✻ https://ssl.tkj.jp/e/steady1001/

アンケートに回答するには、宝島社アンケートサイトの会員登録が必要です。登録された個人情報はプレゼントの配送、アンケート集計についてのみに使用し、そのほかの目的のためには一切使用しません。宝島社のプライバシーポリシーについては以下のURLをごらんください。

✻ http://tkj.jp/privacy/

慧美网 vimee.net

Matsuko's
Lady
Training
Course

マツコ・デラックスのイイ女養成講座

マツコ・ヨットスクール

Lesson *38*

蝴蝶网 hudie.com

愛ちゃんの世界一の機会に、話しておきたいアタシの性についての話

連載38回目の今、己の自己紹介なんぞをさせて頂く理由

ここのところ、担当編集ちゃんのネタ選びもそつがなくなってきたというか何と言うか、なかなかアタシの言いたいことを見抜いているかのようなニュースの選択で、当初に見られたような挑戦的な態度も陰を潜めていたのですが、久々にやってくれました。〝はるな愛、ニューハーフ世界一〟って、アタシ、ニューハーフさんではないんですよ。

いや、担当編集ちゃんが本気でそう考えているとは思ってやしませんが、案外、みなさんの考えるアタシのセクシャリティ認識は曖昧なのだということを認識せざるを得ないことが時々あります。

そこで、連載も始まって早3年と2ヶ月にもなってしまいましたが、改めて自己紹介なんぞをさせて頂きたく思います。ホント今更なんですが、己の認識以上に、みなさんがアタシを異形だと思われていることも、セクシャリティをあまり理解されていないことも何となくは理解していたので、ハッキリさせるにはいい機会でしょう。

そう、アタシは所謂ニューハーフではございません。日本で言われているところのニューハーフ、つまりは性同一障害の方というのは、自身のセクシャリティは女性だと認識しているにも関わらず、男性の肉体を持って生まれてしまった方、またその逆の方で、まさしくはるな愛ちゃんがそれにあたりますが、あくまでもアタシはトランスジェンダー、異性装者であって、心も体も女性になりたい訳ではありません。

ですが、恋愛対象、セックスの対象は男性ですから、つまりは同性愛者、ゲイであり、異性装、女装については癖（へき）とでも言えばいいんでしょうか。己の中に内在する女性性を、女装という形で表現しなければいられない男好きの男ということになります。

人は、自分に近しい人間に厳しくなるもの 敵はまず己なのです

こんなアタシに、ゲイの中でも内在する女性性を払拭したい方たちや、やや過激に言うと女嫌いな方たちは、「お前みたいな化け物女装がメディアに出ていると、ゲイはみんなあんな輩ばかりなのかと誤解される」といった批判を受けることがあるのですが、そんな時、アタシはこんな風に言い返すことにしています。「アンタはアンタのやり方をすればいい。アタシはアタシのやり方をする」と。

愛ちゃんがニューハーフ世界一になる直前、ある性同一性障害の方から、こんな話を聞きました。「私は普通のOLをしていて、目立つこともしたくないし、女として平穏な日々を送りたいのに、はるな愛みたいな人がテレビに出て、本名の男名前をギャグにしたりされるのは本当に迷惑なんです。あんなことされたら、やっぱり私たちは男なんだって、いつまでもそう思われるじゃないですか」

この方の気持ちも理解出来ます。きっと、企業でOLさんとして働く中で、奇異の目で見られたり、女性として扱われないことに対して、傷付き、やるせない気持ちになることも多いのでしょう。

が、しかし、それらの現実に対する怒りを愛ちゃんにぶつけるのは筋違いなのではないですか、そうアタシは言いたい。

愛ちゃんが世界一の座にまで上り詰めるまでの日々は、人様には見せられないような抗い、もがき苦しみの連続だったことでしょう。そして、その闘いの日々こそが、彼女の自信の裏付けとなっているのです。だから、例え男名前で呼ばれても、心の中では悲しみながらも、笑い飛ばせる強さを身に付けられたのだと思います。

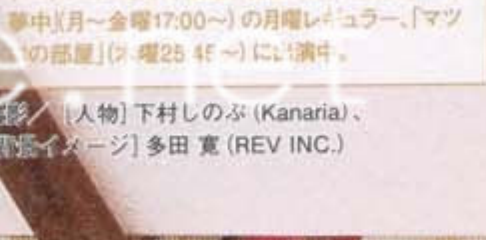
人はとかく、己に近しい人間には厳しくなります。近親憎悪は時として、異なる属性の人からの攻撃以上にダメージも受けます。みなさんも、女の敵は女なんて言われぬよう、人様は人様、まずは己の中の敵と闘って下さい。

愛ちゃん、本当におめでとう。

男と女の事件簿

はるな愛、ニューハーフ世界一

タレントのはるな愛(37)が、ニューハーフが美しさを競うコンテスト「ミスインターナショナルクイーン2009」で世界一の栄冠に輝いた。同コンテストで日本人が優勝したのは初めて。はるなは07年に開催された前大会(4位)に続き、2度目の出場。名前がコールされると、驚きの表情で「ベリーベリーベリーハッピー!」と目に涙を浮かべ、賞金1万ドル(約90万円)とトロフィーを誇らしげに受け取った。



マツコ・デラックス

美容師や雑誌編集者を経て、現在はコラムニストとしてエッセイの執筆、テレビコメンテーター、トークショーなどで活躍。現在、MXテレビ「5時に夢中」(月～金曜17:00～)の月曜レギュラー、「マツコの部屋」(木曜25:45～)に出演中。

撮影／[人物]下村しのぶ(Kanaria)、[背景イメージ]多田 寛(REV INC.)

慧美网 vimee.net

大阪第2号店のザ・スーツカンパニー 心斎橋店がオープン!

大阪2店舗目となるザ・スーツカンパニー 心斎橋店がオープンしました! 大丸、パルコなどが立ち並ぶ、関西で今もっとも注目されているファッションの中心地・心斎橋筋商店街に登場。心斎橋駅より徒歩2分で駅からのアクセスも便利です。1Fは、タイ、シューズなどのアイテムが豊富に揃うメンズコーディネイトフロア、2Fはメンズスーツ・カジュアルフロア、3Fはメンズスーツフロア、B1Fはウィメンズフロアと充実のフロア構成。ぜひ足を運んでみて!

問 ザ・スーツカンパニー 心斎橋店 ☎06-4704-5553

PINKSALE

ショッピングサイトのファッションウォーカーが恒例のセールを開催

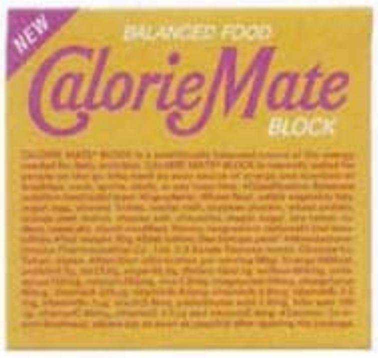
ファッションサイトのファッションウォーカーおよびガールズショッピングが、約200ブランドが参加する大人気セール、ピンクセールを開催! 12/11よりメルマガ会員先行販売、12/25より一般販売開始です。また、恒例の福袋販売も12/18より開始。初日から5日間連続で日替わり福袋も販売するのでチェック! ※スケジュールは変更になる場合があります。
【ファッションウォーカー】http://www.fashionwalker.com/ (PC・モバイル共通)【ガールズショッピング】http://gws.st/ (モバイル)

問 ファッションウォーカー http://www.fashionwalker.com/

ケラスターゼから新アイテムが登場!

ケラスターゼから新たに2製品が登場です。サロンでのみ体験できる、サロンエステ専用のプリペアトリートメント『RE ボルモルフォス』は、髪の内側から太さを持たせ、ボリュームスタイルを作りやすい質感に導きます。自宅で使えるデイリーヘアトリートメント『RE レ ボリュームアクティヴ』は、髪に軽さとしっかりとした手触りを与えます。毎日のデイリーケアに、ぜひ取り入れてみて!
RE レ ボリュームアクティヴ 200g ¥3,150

問 ケラスターゼ ☎03-6911-8333



カロリーメイトからメープル味が新登場!

五大栄養素を手軽に美味しく摂れるカロリーメイトブロックに、メープル味が登場! 食欲をそそる華やかなメープルの香り♥ 一口食べるとほのかな甘みとかすかなオレンジの風味を楽しむことができます。また隠し味として醤油を加えることで深みのある味わいに。10代、20代の女性をはじめ、幅広い世代の方々に親しみやすい風味です。
カロリーメイトブロック (メープル味) ¥210 (4本入り)

問 大塚製薬(株)お客様相談室 ☎0120-550708
http://www.otsuka.co.jp/cmt/

キプリングが嬉しいキャンペーンを開催

行き交う人々の心が躍る不思議な日、クリスマス♥ キプリングがそんなハッピーシーズンを華やかに演出します。12/25まで、キプリング・ホリデー・キャンペーンと称したキャンペーンを実施。税込み¥10,000以上お買い上げで、キプリング特製ホルダー入り2010年版ダイアリーをプレゼント! 今年はスパンコールやミラー素材を用いたキラキラのヒロインバッグが登場。こんな華やかなバッグを持って、最高のクリスマスを迎えてみては?

問 キプリングお客様センター ☎03-5496-7005

ハンジローがウィンターセールを実施!

豊富な種類、品数に加え、独特の店内内装で世界観を演出するハンジロー。そんなハンジローのウィンターセールが、12/19より全国のハンジローショップおよびウェブショップにて開催(一部店舗は除くので、詳細はホームページでチェック!)。冬のトレンド商品が30%オフでゲットできるチャンスです。こんなチャンスを見逃すのはもったいない! セール開催日は、お目当ての商品をゲットしにお店に急いで!

問 ハンジロー原宿店 ☎03-3796-7303
http://www.hanjiro.co.jp

マリークヮントが2009ウィンターキャンペーンを開催

マリークヮントが12/31まで、2009 ウィンターキャンペーンを開催します。期間中1回のお買い物に限り、化粧品を税込み¥18,900以上のお買い上げでオリジナルデザインのネックウォーマーとレッグウォーマーのセット、Mary's Fluffy Warmerと2010年オリジナルダイアリーをプレゼント (メンバースの方が対象です)。ぜひこの期間にゲットして! お一人様1セット、無くなり次第終了です。※デザインは実物と若干異なる場合がございます。

問 マリークヮント コスメチックス ジャパン
フリーダイヤル0120-53-9810
http://www.maryquant.co.jp

エレガンスのポイントメイクアップラインから新製品が登場

約20年ぶりに大リニューアルするエレガンスのポイントメイクアップライン。目にすれば触れたくなり、手にすればまといたくなる、細部にまでこだわったテクスチャーデザインです。カラフルでゴージャスなアイテムたちをぜひ試してみて!
エレガンス ファンタム アイズ〈アイカラー〉10種¥6,615 エレガンス オーロラストーム〈フェイスカラー〉8種¥6,825 エレガンス スパイスショット ルージュ 20色¥4,725

問 エレガンス コスメティックス お客様相談室
フリーダイヤル0120-766-995

アニエスベー ボヤージュがクリスマスキャンペーンを開催!

大人気のab ハート シリーズから、よりスウィートになったニューバージョンが登場! ロゴがエンボスされたシルバー、ゴールド、ピンクなどのメタリックボディに、付属のキュートな赤いチャーム♪ トートタイプに加えてミニボストンバッグも登場し、小物もさらにバリエーション豊かに揃います。12/25までのクリスマスキャンペーン期間中、一部店舗では、この付属のチャームがクリスマス限定のスペシャルバージョンに! こちらは数量限定なのでお早めに!

問 アニエスベー ☎03-[illegible]9-5[illegible]

資生堂の『ザ・コラーゲン』が体の内側から美をサポート

クリスマスや忘年会など、シーズンを通して様々なイベントがあるこの時季。女性にとっては、もっとキレイでいたい季節でもあります。そんな冬の気温低下や乾燥によるダメージに負けずに、美しくいるためには、体の内側からケアすることが重要。『ザ・コラーゲン』は美を生み出す力を内側からしっかりサポートする美容食品。体の内側から女性の美を応援します
〈左〉ザ・コラーゲン、〈右〉ザ・コラーゲン エンリッチド/ともに50mℓ

問 資生堂お客さま窓口 フリーダイヤル0120-81-4710

タビオの『大きな大きなサンタ・ソックス』プレゼント キャンペーン!

『靴下屋』などを展開するタビオでは、"足を温めてあげたいと思う人はきっと大切な人です。～クリスマスに靴下を贈ろう"をテーマにキャンペーンを実施。大きな靴下の中に男性用、女性用各12ヶ月分、計24足の靴下を入れたサンタ・ソックスプレゼントキャンペーン! 全国47都道府県から各1名、計47名様にプレゼントです! 期間は12/16まで。応募は今すぐ、下記サイトから!
http://www.tabio.com/ (PC)
http://tabio.com/jp/m/ (モバイル)

問 タビオ http://www.tabio.com

今すぐニューカレドニアに旅立ちたくなる1冊発売!

なんか疲れた。今すぐどこかに逃げてしまいたい。例えば天国に一番近い島とかに…。ため息とともに頭に浮かんだ一言が、様々な人生を少しずつ変えていく。早期退職を余儀なくされたサラリーマン、売れない脚本家、離婚を決めた主婦、不倫に疲れたOL…。青い海が白い砂浜に運んでくれる小さな奇跡を詰め込んだ連作短編集。12/21に発売です。
『明日、アリゼの浜辺で』著者:秦 建日子/ハタタケヒコ 新潮社 ¥1,365 (税込み)

問 新潮社出版部 ☎03-3266-5411

蝴蝶网 hudie.com

steady.2月号予告

1月7日(木)発売!

※内容は多少変更になる可能性がございます。ご了承ください。

撮影／［付録］横田裕美子（スタジオバンバン）

蝴蝶网 hudie.com

1000人調査

みんなの手持ち服コーデアイディア満載です!

手持ち服フル活用Q&A

いつものワンピ、定番ボトム、ベーシックなはおりものをコーデアイディアで新鮮に着こなす！

>>>>>Fashion

使える! 流行る! 靴&バッグ300

みんなの着やせテク見せて!

菅野美穂、榮倉奈々、堀北真希、戸田恵梨香、吉高由里子…

有名人の「黒」おしゃれ着まわし

フレッシャーズも必見!
「営業に異動になった美保」がきちんとコーデに変身!

●美保のかっちりモードな1カ月コーデ

人気ブランドから届いた!

●誌上de福袋 売り出します☆

>>>>> Beauty

1000人のお悩み「スキンケアQ&A」

●春の新色メイク
●プチプラメイクランキング

>>>>> Life

人気モデルと読者代表のバッグの中身&ご自慢アイテム見せて!

ファッション、メイク、ヘアからエンタメまで次の流行をcheck!

●2010年大予言!

●豆しば弁当
●カンタン幸せ風水
●みんながやってる習い事
●もっと素敵にバレンタイン♥
●話題のダイエットお試し会!

特別付録

BEAMS キャンバス製 ロゴ刺しゅう A4トート

慧美网 vimee.net

1冊に1コ 必ず付いてくる

ブランドロゴは高級感ある金の糸で刺しゅう！トレンドの冬マリンの雰囲気たっぷり★

サブバッグとしてはもちろん、メインバッグとしても使えるおしゃれなキャンバストート。steady.がすっぽり入るA4サイズです。

しっかりしたキャンバス地に大人なボーダーがおしゃれ!

H25.5×W37×D7cm

蝴蝶网 hudie.com

e-MOOK

Cath Kidston®

FOR MOMS & KIDS

『キャス・キッドソンへようこそ』2009-10 WINTER
ーキッズとわたしのキャス・キッドソンー

『キャス・キッドソンへようこそ』の新刊が発売!

今回のキャス・ムックは、ママとキッズが主役です。

Cath Kidstonから生まれたキッズライン、Cath Kids(キャス・キッズ)。
なかにはキャス・キッズにしか採用されない柄もあったり、
実は大人も使えそうなアイテムもあったり。
キャスファンにとってはなにかと気になる存在です。
今回はこのキャスキッズと、ママに便利なキャスのアイテムをフィーチャー。
キャスさんのこだわりと遊び心をぎゅっと1冊に詰め込みました。

2大特別付録

No.1 ペットプリントのお弁当箱
＋キャス箸＋お弁当バンド

子どもも大人も使える２段のお弁当箱。
キャスさんの愛犬スタンリーの様子が楽しげな、
ランチタイムが待ち遠しくなるデザインです。

※中身は付録に含みません。

キャス・キッズの
ロゴ入り！

＋

お弁当バンドで
ふたが外れない！

No.2 キャス柄
ステッカー

わたしも、ぼくも、ママも大すき！

みんなのキャス・キッズ

ナイトウェア、デイリーウェアなど、
可愛らしいキャス・キッズの着こなしを
たっぷりご紹介！

ママにぴったりのキャスがそろいました

キャス・キッドソンで 素敵なママライフ

出産祝いに喜ばれる キャス・キッズ

ダイニングを素敵にデコレート

キャスで Happy Christmas!! ほか

12月10(木)発売！
予価1500円

宝島社 http://tkj.jp お求めは全国の書店、一部のコンビニ、インターネットで。

毎日ハッピーに働く
お仕事ガール物語

文／田村夕美子　イラスト／ヨーコチーノ　撮影／梶田麻矢（小笠原事務所）

vol.8

元営業部総合職 侑那（ゆきな）「経理部では諦めモード」前編

★経理部 侑那（ゆきな） 総合職からの転進に後悔の念？

自宅の最寄り駅近くにある、レンガ色の壁が特徴的なバー。この店のマスターは、オーダーを聞かずとも、大きめに砕いた氷が浮かぶジントニックを作ってくれる。

グラスを指で突くと、氷が時計回りに回転を始める。思わず逆回りにターンするように、再び指で突き始める侑那。

ストライプ柄のスーツに身を包む侑那。誰が見ても、〝デキル系〟の女性にしか映らないだろう。でも、実態は、経理部のビギナー社員に過ぎない。

★予想とはかけ離れた新天地『経理部』

「侑那さん、横浜支店の経費精算は終わったの？」

はっきりとした物言いのサナエ。入社は侑那より二年遅いが、配属一年目の侑那にとっては、先輩だ。

だった。以前は営業部員として駆け回り、成績を上げることに全力を注ぐ毎日。仲間は、そんな侑那の異動を不思議がった。でも、侑那には確固たる理由があったのだ。それは、営業で培ったスキルを活かして、『経営』に関わる仕事を勉強したいから。経理部は、会社のお金の流れが解る部署。新天地で、自分の力を試したかったのだ。

しかし、経理部での仕事は、侑那が想像していた世界とはかけ離れていた。来る日も来る日も退屈な伝票の照合処理ばかり。『経営』の文字など不似合いな作業が侑那を辟易させた。なぜ、異動したのか……侑那の心の中で、大きく後悔の念が広がった。

★先輩サナエの言葉に唖然……

「サナエさん、資料は役員と支店、そして経理部全員分、合わせて、52部コピーすれば良いですか？」

経営会議で使う資料のコピー

でも、サナエは侑那の質問に対し、苦笑して答える。

「ふふ、経理部全員分なんてコピーしないでね」

きっとコスト削減のため、コピー部数は抑えるようにとの意味なのだろう。すぐに状況を察し、名案が浮かんだ侑那。「コピーはせずに、データベースで各自へメール添付するのだ。そうすれば、会議時に必要な箇所のみをプリントアウトするか、データをノートパソコンに入れて持参しても良い。だが、サナエにその旨を提案すると、予想もしない返答が侑那を驚かせた。

「42部よ。私達は会議に出ないから、資料は必要ない。それと、コピー代なんて気にしなくていいのよ」

少しキツイが、前向きな姿勢で仕事に取り組んでいるように見えたサナエ。でも、コスト意識すら持ち合わせていないらしい。経理部に自分がいることに対し、益々嫌気がさす侑那。ふと、部内の時計

今回の主人公は…
27歳の事務職。営業部で成果をあげていたが、経営を学びたくて自ら経理部に異動。しかし……。

蝴蝶网
hudie.com

★研修制度も乏しい経理部。複雑な侑那の心模様

お金の管理を担う経理部の先輩サナエですら、コスト意識がないばかりか、経営資料を『会議に出ないので、必要ない』と決めつける。なぜか？ 侑那は精算業務の手を止めて部内を見回した。皆、視点をパソコンと手元の資料に交互に動かしてはいるが、瞳には生気が感じられない。先輩のサナエは確かにテキパキと仕事をこなしているが、あの一件で、ただ黙々と与えられた任務をこなすコマにしか見えなくなった。

(皆、どんな教えを受けて、仕事をしているのか？)

少し憤りを感じる侑那。そういえば、経理部へ配属されてから社内研修の案内が来ない。営業部にいた頃は、人事部から様々なテーマの研修の案内が届き、上司の勧めで全員が交替で参加していた。経理部は研修制度が乏しく、飛躍への道を目指すことなどムリなのか？ 隣の席の新人社員のパソコンは、〝おとり寄せグルメ〟のサイトが堂々と開かれている。今度は憤りから、哀れみに変わる複雑な侑那の心模様だった。

★マスターの姿勢から、未来の自分を決心する侑那

今日も、最寄り駅近くのバーへ気持ちが沈んでいる時は、この空間で過ごすのが心地良い。他の客も数名訪れている。マスターがいつものように、ジントニックを作り、侑那に差し出す。次に別の客も『同じものを……』とオーダーした。

何となくマスターの手の動きを観察し始めた侑那。すると驚くべきことに気づいた。同じジントニックのはずなのに、侑那へ差し出したものとは別の飲み物を作っているように見えるのだ。氷の砕き方やライムの切り方など、侑那が気づいたのはそれくらいだが、本当はもっと奥深いところまで、一杯ごとにこだわりを持って臨んでいるように感じるのだ。

「侑那ちゃん、さっきのヤツは花……確かフルーツも好きなんだよね？」

笑顔で語るマスター。同じメニューなのに、客の好みに合わせてものを作ることを厭わないということなのか？ 侑那は少し真面目に質問をした。

「マスターは、飲み物の作り方を誰から教わったの？」

マスターは、果物ナイフを研ぎながら、侑那の質問には答えず、にこやかな表情を崩さない。でも、侑那はマスターの笑顔の奥に答えが見えるような気がした。きっと、誰から教わることもなく、お客様の表情を見つめて、ただ最良の仕事を追求しているのではないか？

ふと経理部のことを思い出す侑那。与えられた仕事が当たり前スタッフ。そして、社内研修などの後押しがないと、何も出来ないと思っている自分。そう、私も他の経理部員と同類なのだ。

でも、時は刻々と非情に過ぎ行く。待ってなどくれない。

明日からは誰も頼らず、自分の仕事を模索してみようか……まだ何となくだが、侑那は、小さな決心をした。自らが追求した結果、仕事は、『経営』に直結した実現出来るのかもしれない。

花梨のスライス入りの甘味がほのかに漂うジントニックをおかわりする侑那。自分の一カ月後に乾杯の意味を込め、グラスを少し高めに上げた。

次号へと続く

田村夕美子 Yumiko Tamura

経理環境改善コンサルタント&ライター。経理を主体とした事務系コンサルタントとして、執筆や
ー活動に従事。「できる経理の仕事のコツ」（日本実業出版社）全国の書店にて好評発売中！

蝴蝶网 hudie.com
慧美网 e.net

Horoscope

蝴蝶网 hudie.com

12.7～1.6

Care Bears™

ケアベアは、それぞれ異なったシンボルマークにちなんだ役割・使命を持ち「思いやる心」「分かち合うこと」の大切さを教えてくれます。
Care Bears™ Japan Official Website
www.carebears-jp.com

牡牛座
4.20～5.20

総合運 勘やひらめきが冴えどんなこともスムーズに回ります。美的センスもUP! ファッションリーダー的存在になれそう。対人面は刺激的な人脈が広がります。ただ、人に流されるとトラブルに巻き込まれるので注意。また、下旬から偏頭痛に悩まされるなど健康面が乱れがち。温泉やホットヨガなど発汗効果を促すと吉。

恋愛運 いたるところに出会いが潜んでいます。特にクラス会など懐かしい人が集まる場所が狙い目。意中の彼には早めのプレゼント作戦が効果的。カップルはペアアクセが開運アイテム。

仕事運 色々なことがトントン拍子に運ぶとき。また、基本的に自信のあることは、積極的にアピールして。短期集中で結果を出せるときなので頑張って。

金　運 ちょこちょこ使うわりに安定路線。蓄えてきたお金を生かせる暗示も。セレブなバカンスなど自分にご褒美的な散財が吉。1月はギャンブル運がUP。くじにトライしてみては?

牡羊座
3.21～4.19

総合運 12月は引き立て運に恵まれます。自分一人で頑張るよりチームを組んだり、誰かのアドバイスに従うと成功しそう。気の合う目上の人と新しく何かを始めることも吉。また、お稽古事や資格取得もツキがあります。英会話やダンスが特にお勧め。

恋愛運 相手の気持ちに振り回されたりあなた自身もふらふらしがち。特に彼がいる人の浮気の確率高し。シルバーのネイルが開運に。新しい出会いはグループ交際に潜んでいます。ライブも吉。

仕事運 移動や転職などは自分から率先して動かないほうがよさそう。待っていたほうが後々希望の部署に配属できます。職場の人間関係は縁の下の力持ち的実力を発揮すると人気運がUP。

金　運 贅沢志向が高まりそう。ストレスがたまり不相応の買い物もしがち。特に友人との買い物は気をつけて。また下旬はあてにしていたお金が滞る恐れも。鈴を二つお財布に入れると吉。

蟹座
6.22～7.22

総合運 ついてなかった人は運に光りが見えるとき。将来の選択が見えたり、願い事が叶います。でもあまりリズムよく進むことには裏があると思ったほうがいいかも。1月は美容運が吉。お風呂ダイエットできれいになれそう。対人面はグループ行動にツキあり。気の合う人たちとのレジャーも開運に。

恋愛運 復活愛の兆しあり。意中の彼へのメールは月曜日にツキあり。ただ、新しい出会いは勘が鈍るので友人の助言を大切に動いて。ピンクのワンピが開運に。カップルはベイサイドデートが吉。

仕事運 周囲にペースを乱されそう。特に後輩の中に足を引っ張る人が現れます。自分でできることは人を頼らずにこなして。転職は1月から精力的にがんばるとキャリアUPが叶いそう。

金　運 出費がかさむけれど有意義に使えるとき。また、人のために使うと後で返ってきそう。ただ、レジャー先での買い物は後悔するものばかり買いそう。元旦にお財布を新調すると開運に。

双子座
5.21～6.21

総合運 アクティブに行動できるとき。とはいっても勘が鈍るなど不安材料もちらほら。また、やりたいことや楽しみにしていたことは早めに計画を立てて。後半にいくほど停滞しそう。対人面は年上に引き立てられる暗示が。困ったときなどアドバイスを求めると好転します。レジャーは感性を豊かにするスポットが開運に。

恋愛運 タイプの彼が出てくるもののフワフワして見逃しそう。水瓶座か肌のきれいな男子をマークして。意中の相手にはフレンドリーな魅力で接近を。カップルは隠れ家的なシックなデートスポット吉。

仕事運 アパレルなど流行系の職種の人は不安定になりがち。迷いがあるなら早めに転職を考えたほうがいいかも。また、ひらめきや大胆な行動が昇進や昇給に繋がる暗示もあります。

金　運 ケチると運が逃げそう。出すべき場面はきちんと出したり、生活に潤いが生まれるプチ浪費は惜しまないで。また、友人とネット事業を始めるなどサイドビジネスにツキあり!

乙女座
8.23～9.22

総合運 海外にツキがあります。2010年は留学や外資の職種などに目を向ける年となりそう。美容やおしゃれも海外セレブからヒントを取り入れると吉。健康は下旬から回復。精神的にも穏やかな元旦を迎えることができます。対人面は疎遠になっていた人と関係が復活しそう。あなたからマメに連絡をとってみて。

恋愛運 ハプニング運。偶然の場所で素敵な出会いが期待できそう。反対に張り切って行った場所は肩透かしにあうかも。少人数の合コンや穴場的なお店が開運スポット。カップルは海外旅行が吉。

仕事運 今まで潜んでいたトラブルが浮上しそう。上司とのやりとりはいつも以上に慎重にこなして。また、ここ一番の勝負の日に体調を崩す恐れも。オーバーワークはNG。

金　運 いい流れになるものの油断をする突発的な災難に遭いそう。特にお財布の紛失に気をつけて。1月は好転。臨時収入が舞い込みます。買い物は自宅から北西のショップの福袋にツキあり。

獅子座
7.23～8.22

総合運 どこにいっても目立つけれど、人とのトラブルも多発しがち。無意識にきつめな言動をとる恐れがあるので注意して。また、イブ以降は金銭の貸し借りで揉め事に巻き込まれるかも。部屋の大掃除やエステが気分を好転させるキーワードに。らせん階段のあるお店も開運に。健康はパワフル。燃焼体質になるので簡単に痩せられそう。

恋愛運 フェロモン上昇。意外なタイプにアプローチされるとき。ただ、情熱的すぎる男子にはパワーを落とされそう。クールなタイプが本命に。カップルはお泊まりデートで愛が深まります。

仕事運 活発な運気。リーダー的存在となり周囲に頼られたりリスペクトされたりしそう。ただ、一部で横柄な態度が反感をもたれる恐れが。水瓶座の上司や同僚との関係は気をつけて。

金　運 下旬からくじ運、懸賞運は直感を信じて動くと吉。買い物もひらめいたものをためらわず買うこと。海外旅行に行く人は思わぬ掘り出し物をGETできそう。卵形キーホルダーも開運に。

Care Bears™ NEWS

池袋パルコ&調布パルコでケアベアのイベントを開催!

ケアベアの魅力がたっぷり見られる、楽しみなイベントが都内2ヵ所で開催するよ! 池袋パルコでは、日本をテーマとした"ジャパンベア"の初公開イベント「Care Bears™ Exhibition」を12/4（金）～12/27（日）に、調布パルコではクリスマス期間限定のCare Bears™ Christmas Shopを12月18日（金）～12月25日（金）に開催。詳しくはwww.carebears-jp.comをチェック。

information
ムーン・リー先生監修のiPhone占い第2弾「人生のピンチを救うサターン・リターン占い」が好評発売中! 詳しく知りたいコは、http://appliya-inc.com/ja/catalog/SaturnReturn/へアクセスしてチェックしてみて!

ムーン・リーのMonthly

蠍座
10.24〜11.22

総合運 変革の星回り。三が日に何か新しいことをスタートさせるとツキがUPします。苦手意識を克服できる暗示も。美容も画期的なやり方が開運に。斬新なダイエット法でスピーディに痩せられそう。対人面は人の何気ない言葉に救われる暗示が。億劫でも飲み会など交際の輪を広げて。レジャーは日の出の景勝スポットがおすすめ。

恋愛運 ライバルが出現し成り行き不調に。ただ、強気な態度より優雅に受け身に構えていると逆転できそう。新しい出会いは紹介や飲み会が有望です。カップルはお店のリザーブは早めに。

仕事運 意外な人に助けてもらえる半面、信じてた人が敵になったりしそう。なるべく個人主義に徹しコツコツ作業をこなして。転職は焦ると成り行き不調に。のんびりスタンスを心がけて。

金　運 細かな管理や計画性で大きな貯蓄をできるとき。アイディア力が冴えるのでお金儲けもできそう。ただ、生理中などストレスで衝動買いに走る恐れがあるので気をつけて。

天秤座
9.23〜10.23

総合運 心がふさぎこみがち。突然自信をなくし迷いだす恐れも。ただ、努力をしたことはしっかり実るときなので頑張って。対人面は困ったときに助けてくれる人物が現れそう。山羊座や先生的な存在の人も開運パーソンに。レジャーは懐かしい場所に足を運ぶと吉。ダイエットは黒いフードに成功が潜んでいます。

恋愛運 自分の気持ちに素直になれないとき。好きな彼ほど裏腹にふるまいがち。ペパーミントグリーンの小物がモテ度UPアイテムに。素敵な出会いはお稽古やスポーツなど趣味に潜んでいます。

仕事運 資格取得を上手に生かせるとき。また、知的能力を生かせる職種にツキがあります。ただ、転職は基本的にはNG。今の環境が合わないと感じる人ほどもう少し辛抱して流れを読んで。

金　運 堅実になるほど出費しがち。安物買いの銭失いに遭う恐れも。保険や生活費の見直しをすると安定します。1月は大きな買い物にツキあり。ずっと欲しかった物なら思いきって購入を!

山羊座
12.22〜1.19

総合運 下旬にいくほど運勢が盛り上がります。やりたいことが向こうのほうから飛び込んできそう。人の集まる場所も吉。意外なネットワークが幸運を運んでくれるかも。ダイエットや健康はやりすぎになる傾向が。特にサプリメントの飲み過ぎは逆効果。レジャーは「水」のあるところが開運スポットに。

恋愛運 モテるのに自信をもてずチャンスを逃しがち。あたって砕けろの精神が奇跡を招きます。また、基本興味のない人にいたずらに惹かれると運が下がるのでNG。レースの下着が幸運グッズ。

仕事運 勘が冴えやる気もUPするとき。今まで方向性が見えなかった人は、やりがいのあることをつかめそう。英会話などスキルUPも開運に。ただ、強引に事を進めると流れが停滞するので注意。

金　運 使ってもなんとなくお金が減らない星回りに。昇給や臨時収入など嬉しいサプライズも目白押し。また、下旬からは自己投資にツキあり。美容でも文化でも魅力をUPできることへの投資は惜しまずに。

射手座
11.23〜12.21

総合運 穏やかにマイペー[illegible]に過ごせるとき。また、ひらめきを生かし好きなことを広げていけ[illegible]趣味がお金に繋がる予感も。対人面はレジャーや趣味[illegible]して素敵[illegible]を築けるかも。ただ、繊細なタイプへの言動は[illegible]。12月はおしゃれセンス力がUP! ダイエットも成功します。モデルや[illegible]の仕事にツキあり。

恋愛運 周囲の目を気にして上手にアピールできないとき。チェーンベルトのバッグが開運に。また、意中の[illegible]にはロマンチックなメールがマスト。カップルは夜景のきれいなお店がお勧め。

仕事運 チームワークを重んじる職種にツキあり。また、昔の同僚の縁故をたどるとラッキーな転職が飛び込んできます。フットワーク軽く動くほどいい流れをつかめるので頑張って。

金　運 趣味などでサイドビジネスができそう。気の合う仲間と新しいことを初めてみては? また、本来浪費家なあなただけど、この時期は堅実志向が高まる暗示も。特に20日に口座を開くと吉。

魚座
2.19〜3.20

総合運 情報収集にツキあり。ネットに関することにも全般的に幸運が潜んでいます。対人面は協調性が開運に。反対にスタンドプレーは後々敵を作るのでNG。レジャーは海外旅行でエンジョイできそう。また海外でのエステやショッピングも吉。1月は勘を生かしてチャンスをものにできる暗示が。

恋愛運 意中の相手はリサーチ力がものをいいます。ハードルの高い相手ほど趣味を話題に接近すると成功しそう。新しい出会いは初めて行くお店。またヘアなどイメチェンもモテ度UPのカギに。

仕事運 空気を読むのがうまくなるとき。職場の人間関係を円滑にこなせそう。また引き立てで憧れの職種をGETできます。コネなど生かせるものは最大限に利用して。転職も吉。

金　運 上手に使えず赤字傾向に。ただ、1月からはプチサプライズがあるので12月中はなるべく抑えて吉。また12月中はひらめきは乱れるので、ギャンブルに手を出さないほうが賢明です。

水瓶座
1.20〜2.18

総合運 嬉しいことが飛び込んだり華やかな年の瀬を過ごせそう。ただ、多忙だった人は年末に突如健康が乱れる恐れも。黒と白のストライプの部屋着が災難回避に。対人面はリッチな人たちとの人脈が生まれそう。また、あなた自身も上昇志向が高まるかも。おしゃれはブランド品が幸運アイテム。

恋愛運 居心地のいい彼ができそう。長い交際の人は結婚の扉が開く予感も。自分から動くほど有意義に流れるので頑張って。意中の彼にはセクシー&キュートなおしゃれでハートを射止められます。

仕事運 転職、独立、フリーランスなど勝負をかけるタイミングに恵まれるとき。今まで用意周到に計画を立ててきた人は思いきって行動をしてみて。同じ水瓶座や山羊座が開運パーソンに。

金　運 華やかな使い方が開運を招くとき。社交やおしゃれなど楽しいことには惜しまないこと。ただ、バーゲンなど掘り出し物には返って損が潜んでいるかも。ギャンブルは金曜日にツキあり。

Care Bears™ and related trademarks © Those Characters From Cleveland,Inc.

蝴蝶网
hudie.com

今月の steady.モデルを PAPARAZZi パパラッチ

現在、秋真っ盛りの11月。編集部では、食べ物の話題で持ちきりです♥
そんなパパラッチ部隊が今月も撮影の合間にデジカメで激写。
可愛いモデルさんたちの素顔をお届けです。

PHOTO:steady.editors

3 2 1
5 4 2010.January
8 7 6

1.スタイリスト柴山さんのパリ旅行話題で盛り上がりました! フォトグラファースマイルさん☺（右奥）の笑顔が印象的です。2.撮影時に購入した新作ケーキをひとり占め。2つはペロリでした。3.編集担当Sに、買ってほしいアピールをする沙樹ちゃん。この愛らしさに男だったら、間違いなく撃沈でしょう。4.スタイリスト永岡さんから、愛犬グレムのお洋服をプレゼントされて大はしゃぎのみっこ。5.アルパカのぬいぐるみにウットリ♥です。6.「どれを食べようか迷っちゃう～」カラフルお寿司が本日のランチでした。7.「これから、宿題（インタビューのためのアンケート）やらなきゃー」と気合いを入れてました♪ 8.由実ちゃん撮影に美優ちゃん乱入!! 2人共お似合いです。

1. 「買って良かった!」プチプラ良品

担当:Y・S

2009/11/03
Place:都内定食屋にて
お食事タイム♥ 話題は…

2.

2009/11/02
Place:都内スタジオにて
レナちゃんそんなに1人で食べるの?

3.

2009/11/02
Place:都内パン屋さんにて
おねだり沙樹ちゃん

4. Samantha BOOK

担当:A・S

2009/11/02
Place:都内スタジオにて
グレムのお洋服をいただいちゃった!

5. キュートな乙女雑貨

担当:N・H

2009/11/02
Place:都内スタジオにて
可愛いぬいぐるみに美優ちゃんメロメロ

6. パンプス&ブーツ 駅までダッシュの173足

担当:Y・K

2009/10/30
Place:都内スタジオにて
今日のランチは手まり寿司♥

7.

2009/10/30
Place:都内スタジオにて
終了後にほっとしたところをパチリ★

8. おしゃれなアイウェア

担当:N・H

2009/10/31
Place:都内スタジオにて
私たちメガネ♥モデルです

唯美网
vimeo.net

steady.モデルズから 今月のひとこと

12月発売号にちなんで、モデルさんたちへの今月の質問は「今年1年を振り返って、やり残しちゃったこと」。内容を見てみると…新しいことにチャレンジしたり、プライベートを充実させたり、実は読者の皆様も共感できることばかり!?

美優
MIYU

ゴルフを始めたので、スクールに通ってもっと上達したかった。来年こそはコースデビュー!

菅原沙樹
SAKI SUGAWARA

今年はリフレッシュの1年だったから悔いなし。来年も新しいことにチャレンジしたい!

梅澤レナ
RENA UMEZAWA

思いつかないな…。強いて言うなら、家族旅行とか家族行事かなぁ。

矢野未希子
MIKIKO YANO

ほぼ完全燃焼の1年なので、やり残してるのはクリスマスパーティーくらい★

steady.ブログも要チェック～♥ >>http://blog.steady.tkj.jp/

Che Che
New York

CC673-WH ¥18,900

CCHK501-WH ¥15,750

CC664-WH ¥18,900

CC745SK-BK ¥12,600

L) CC671-WH
C) CC674-WH
R) CCHK601-WH

チチ ニューヨーク直営店：表参道 Tel.03-6638-6633 名古屋 Tel.052-249-5230 心斎橋 Tel.06-6241-3505 www.europassion.co.jp/shop/

ユーロパッション株式会社 TOKYO：03-5295-0411 OSAKA：06-6268-5154 www.europassion.co.jp/cheche/

©1976, 2009 SANRIO CO.,LTD. APPROVAL NO

[札幌] [illegible]丸 [苫小牧] オオハチ [illegible] タイムステーション NEO サンロード店 [仙台] エスパル イノマタ [岩槻] 浜野時計楽器店 [越谷] レイクタウン ビブレ [板橋] 細井時計店 [池袋] スギヤマ サンシャイン [新宿] バラエティウォッチ百貨時店新宿[illegible]
伊勢丹新宿店 [illegible] GIRL / アンロジカル オピニオン [渋谷] ベルフィオレ / タイムランド渋谷マークシティ [上野] エスエス商会 [北千住] アンロジカル オピニオン [金沢] エルサカエ金澤本店 [浜松] クロノスタッフDHADHA [名古屋]
[illegible]イムステーションNEO [illegible] [北名古屋] ジュエリーサトウ [大府] 宝石の八神 [知立] タイムハウスジュエリー伊藤 [津島] ジュエリーサトウ津島本店 [岐阜] リアンサカイ美濃加茂店 [可児] ジュエリーサトウ パ
[桑名] ビブレ [四日市] キタオカ [京都] ビジュー・ド・ヨーコ [大阪] 阪神百貨店 / 京阪シティーモール / 東急ハンズ心斎橋店 [阿倍野] すぎた [高槻] 松坂屋 [豊中] 時遊広場 テンポ DUE [橿原] ビブレ [明石] ビブレ [岡山] ビブレ [東広島] 玉
[徳島] 宝石 時計池田CITY店 [高知] ジュエリー・[illegible]ティックビュープラス高知 [福岡] 福岡天賞堂 / 福岡東ビブレ [北九州] フェリーチェ・フクダ [久留米] スロウタイム [鹿児島] 鐘札銅

慧美网
vimee.net
hudie.com

蝴蝶网 hudie.com
慧美网 vimee.net

雑誌　15577-01
4910155770108
00600
特別定価630円　本体600円

©TAKARAJIMASHA 2010　Printed in Japan